

# Lähellä ja läsnä

Lapsen itsesäätelyn tukeminen vuoropäivähoidossa

Hanne Heinonen

Opinnäytetyö  
kesäkuu 2015

Sosiaalialan koulutusohjelma, ylempi AMK  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU  
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Tekijä(t) Heinonen Hanne	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 11.06.2015
	Sivumäärä 79	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi <b>Lähellä ja läsnä</b> Lapsen itsesäätelyn tukeminen vuoropäivähoidossa		
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma, ylempi AMK Perheiden hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen		
Työn ohjaaja(t) Hintikka Timo, Suomi Asta		
Toimeksiantaja(t) Perheet 24/7- hanke, (JAMK/ Suomen Akatemia)		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön aiheena oli lapsen itsesäätelyn tukeminen vuoropäivähoidossa. Opinnäytetyö oli osa Perheet 24/7 – tutkimushanketta. Työ oli laadullinen tutkimus.</p> <p>Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää työntekijöiden käsityksiä vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen itsesäätelyn kehitykseen. Lisäksi tavoitteena oli koota keinoja itsesäätelyn kehityksen tukemiseen. Tutkimus toteutettiin puolistrukturoituna teemahaastatteluna. Pääteemana oli itsesäätely, johon liitettiin tueksi myös työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia vuoropäivähoidosta, vuoropäivähoidon pedagogiikka ja sen haasteet, vuoropäivähoidon vaikutus lapsen turvallisuuden tunteen tukemiseen. Tutkimukseen haastateltiin kymmentä vuoropäivähoidon työntekijää.</p> <p>Tutkimuksen tulosten perusteella oli vaikea saada luotettavaa vastausta siihen, että vaikuttaako vuoropäivähoito itsessään lapsen itsesäätelyn kehitykseen, koska itsesäätelyn kehitykseen vaikutti niin moni tekijä. Työntekijöiden käsitysten mukaan voitiin kuitenkin todeta, että vuoropäivähoito on haastava hoitomuoto lapselle, jolla on itsesäätelyn vaikeuksia ja lapsen elämän epäsäännöllinen rytmi saattoi lisätä niitä entisestään.</p> <p>Keinoja lapsen itsesäätelyn tukemiseen löydettiin runsaasti. Yhteiset linjat ja säännöt koettiin tärkeiksi, vaikka-kin liian vähälle huomiolle jääneiksi. Pienryhmätoiminta ja lapsen toiminnan ohjaaminen arjessa sekä tunteiden sanoittaminen etenkin haastavissa tilanteissa nousivat myös esille. Myös lapsen kannustaminen itsenäisyyteen ja positiivisen palautteen antaminen tulivat julki useissa vastauksissa. Erittäin haastavissa tilanteissa lapsille tarjottiin läheisyyttä ja aikaa keskustella.</p> <p>Tutkimuksen mukaan eniten kehitettävää oli työntekijöiden yhteisen linjan aikaansaamisessa sääntöjen, rajojen ja toimintatapojen osalta, jotta lapsille saataisiin aikaan johdonmukaisesti toimiva kasvatustiimi. Työntekijöiden kesken kaivattiin enemmän yhteistä aikaa, jotta hyvä malli ja toimintaympäristö työskentelylle saataisiin luotua.</p> <p>Jatkotutkimusaiheena voisi tutkia laajemmin vuoropäivähoidon vaikutusta itsesäätelyn kehitykseen ottaen huomioon myös lasten muut lähtökohdat, kuten perhetaustan.</p>		
Avainsanat ( <a href="#">asiasanat</a> ) vuoropäivähoito, sosioemotionaalinen kehitys, itsesäätely, itsesäätelyn tukeminen		
Muut tiedot		



Author(s) Heinonen Hanne	Type of publication Master's thesis	Date 11.06.2015
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 79	Permission for web publication: x
Title of publication <b>Near and present</b> Supporting children's self-regulation in round-the-clock day care		
Degree programme Master's Degree Programme in Social Services		
Tutor(s) Hintikka Timo, Suomi Asta		
Assigned by Families 24/7 – research project, (JAMK/ Academy of Finland)		
<p>Abstract</p> <p>The topic of the thesis was supporting child's self-regulation in round-the-clock day care. The thesis was a part of the Families 24/7 – research project. This study had a qualitative research approach.</p> <p>The aim of the study was to examine employees' opinions regarding the impact of round-the-clock day care on the development of children's self-regulation. In addition, the aim was to collect ways to support the development of self-regulation. The study was implemented as a half-structured theme interview. The main theme was self-regulation supported by the employees' views and experiences of round-the-clock day care, the pedagogy of round-the-clock day care and its challenges, the impact of round-the-clock day care on the support of children's feelings of safety. Ten round-the-clock day care employees were interviewed for the study.</p> <p>Based on the results of the study, it was difficult to reach a reliable answer to whether round-the-clock day care in itself had affected the development of children's self-regulation, because so many factors were involved in the process. However, according to the employees' views, it could be stated that round-the-clock day care is a challenging form of day care to a child who has difficulties in self-regulation, and that the unsteady rhythm of life may have increased them.</p> <p>Many ways to support children's self-regulation were found. Mutual policies and rules were found important, although they were seen to receive too little attention. Small group activities and instructing the children in everyday situations as well as verbalizing feelings especially in demanding situations were also raised by the respondents. Moreover, many respondents also mentioned encouraging independence and giving positive feedback in their answers. In extremely challenging situations the child was offered closeness and time to talk.</p>		
Keywords/tags round-the-clock day care, socio-emotional development, self-regulation, supporting self-regulation		
Miscellaneous		

# Sisältö

Sisältö.....	1
1 Johdanto .....	3
2 Varhaiskasvatus Suomessa .....	5
2.1 Päivähoito .....	6
2.2 Vuoropäivähoito .....	9
3 Lapsen sosio-emotionaalinen kehitys.....	11
3.1 Bronfenbrennerin ekologinen ajattelumalli .....	12
3.2 Sosio-emotionaalisen kehityksen vaikeudet ja niissä tukeminen.....	14
4 Lapsen itsesäätelyn kehitys.....	19
4.1 Itsesäätelyn määrittely .....	20
4.2 Itsesäätelyn kehittyminen.....	21
4.3 Vanhemman merkitys lapsen itsesäätelyn kehitykseen .....	24
4.4 Vaikeudet lapsen itsesäätelyn kehityksessä .....	25
5 Itsesäätelytaitojen tukeminen vuoropäivähoidossa.....	28
5.1 Toiminnan suunnittelu ja säännöistä sopiminen.....	29
5.2 Malleja itsesäätelyn tukemiseen vuoropäivähoidossa .....	34
6 Tutkimuksia vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen hyvinvointiin .....	37
7 Tutkimuksen toteuttaminen .....	41
7.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet.....	41
7.2 Tutkimusmenetelmä .....	41
7.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineiston keruu .....	43
7.4 Aineiston analyysi .....	44
8 Tulokset ja johtopäätökset .....	46
8.1 Työntekijöiden kokemukset ja näkemykset vuoropäivähoidosta .....	46
8.2 Itsesäätely-käsitteen merkitys työntekijöille .....	48
8.3 Itsesäätelyn vaikeudet vuoropäivähoidossa .....	49

8.3.1 Vuoropäivähoidon pedagogiset haasteet.....	50
8.3.2 Vuoropäivähoidon vaikutukset lapsen turvallisuuden tunteeseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin.....	51
8.3.3 Arjessa näkyvät itsesäätelyn vaikeudet .....	52
8.4 Itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoidossa .....	56
8.4.1 Vuoropäivähoidon pedagogiikka .....	57
8.4.2 Lapsen turvallisuuden tunteen lisääminen ja toimintatavat ryhmässä.....	58
8.4.3 Konkreettiset keinot itsesäätelyn kehityksen tukemiseen .....	60
8.5 Yhteistyö vanhempien kanssa.....	63
9 Pohdinta.....	66
9.1 Tutkimuksen tulokset ja kehitettävät kohteet.....	66
9.2 Luotettavuus ja eettisyys .....	72
9.3 Jatkotutkimusten aiheet .....	73
Lähteet .....	75
Liite 1. Analyysimalli: Itsesäätelyn kehityksen tukeminen .....	79
Kuvio1. Bronfenbrennerin ekologista teoriaa mukaellen.....	13

# 1 Johdanto

Päivittäin monen päivähoiton työntekijän pysäyttää lapsen huolestuttavat käyttäytymisen piirteet. Tällöin työntekijä joutuu miettimään vaikeuksien luonnetta ja pohtimaan keinoja kuinka tukea lasta. Lapsella voi olla voimakkaita vihanpurkauksia tai aggressioita muita kohtaan tai toisaalta hän voi olla jännittynyt ja syrjäänvetäytyvä. Nämä käyttäytymisen ja tunteiden itsesäätelyn vaikeudet häiritsevät lapsen sopeutumista ympäristöönsä päivähoidossa ja ovat uhka hänen hyvinvoinnilleen. (Aro 2013, 107–108.)

Lapsen käytökseen ja itsesäätelyyn sekä sen vaikeuksiin vaikuttaa myös perheiden elämä, joka on kaiken kaikkiaan muuttunut vuosien kuluessa kiireisemmäksi ja ”kellotetuksi”. Paineita asettavat etenkin vanhempien työelämän vaatimukset. Kauppojen ja erilaisten palvelujen aukioloaikojen laajentuminen iltaan ja viikonloppuihin on tarkoittanut sitä, että joidenkin vanhempien työajat eivät sovi yhteen päiväkotien aukioloaikojen kanssa. Työn epävarmuus ja määräaikaisten työsuhteet vähentävät vanhempien mahdollisuuksia neuvotella työpaikalla työajassa joustamisesta tai vuosilomista. (Miettinen & Rotkirch 2012, 12.)

Työn epävarmuuden ja epäsäännöllisyyden takia vuorohoidon tarve on lisääntynyt etenkin yksinhuoltajaperheissä tai perheissä, joissa molemmat vanhemmat tekevät vuorotyötä. Myös osa ylempien yhteiskuntaluokkien perheistä kärsii aikaköyhyydestä ansiotyöhön kuluvan ajan lisääntymisestä johtuen ja vanhemmilla on entistä vähemmän aikaa perheelle ja lapsille. Lisäksi vanhempien omat harrastukset ja opiskelu vievät aikaa lasten ja vanhempien yhdessäololta. (Miettinen & Rotkirch 2012, 12.)

Päivähoidossa työskentelevänä myös minulle itselleni lasten itsesäätelyn vaikeudet ovat päivittäisiä asioita, joita pohdin ja joihin mietin keinoja, miten voisin lasta siinä hetkessä tukea. Jos jo päiväpäivähoidossa lasten itsesäätelyn vaikeudet ovat koko ajan pinnalla, niin minkälainen tilanne on vuoropäivähoidossa? Vuoropäivähoidossa lapsen rytmi on epäsäännöllisempi kuin päiväpäivähoidossa. Tästä heräsi kiinnos-

tukseni tutkia työntekijöiden näkökulmasta vuoropäivähoidon vaikutusta lapsen itsesäätelyyn ja sen kehitykseen. Sen lisäksi tutkin opinnäytetyössäni myös miten itsesäätelyä voidaan tukea vuoropäivähoidon arjessa. Itsesäätelyn näkökulmasta on vuoropäivähoitoa tutkittu Suomessa hyvin vähän, jollei ollenkaan.

Opinnäytetyöni oli osa Perheet 24/7-tutkimushanketta Lasten sosio-emotionaalinen hyvinvointi ja perheen arki 24/7 taloudessa. Tutkimusta rahoitti Suomen Akatemia ja sen toteuttivat Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Jyväskylän yliopisto ja Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Suomeksi lisäksi tutkimuksessa olivat mukana Alankomaat ja Iso-Britannia. Tutkimuksessa tarkastelun kohteena oli erityisesti se, millainen vaikutus ei-perinteisellä työajalla on perheiden arjelle ja lasten hyvinvoinnille. Tutkimus toteutettiin vuosien 2011–2014 aikana ja siihen osallistuivat niin lapset, vanhemmat kuin päivähoitoon ammattilaisetkin.

Oman osuuteni tutkimuksesta suoritin tekemällä puolistrukturoidun teemahaastattelun eteläsuomalaisen pikkukaupungin vuoropäivähoitoyksikön kaikille työntekijöille. Haastatteluissa painotin enemmän omaa teema-alueeni, lapsen itsesäätelyä. Tähtävänäni on selvittää työntekijöiden käsityksiä vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen itsesäätelyn kehitykseen ja koota keinoja, joilla itsesäätelyn kehitystä voidaan tukea vuoropäivähoidon arjessa.

## 2 Varhaiskasvatus Suomessa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2005,11) mukaan varhaiskasvatus on yhteiskunnan järjestämää, valvomaa ja tukemaa toimintaa ja se koostuu hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuudesta. Varhaiskasvatusta voivat järjestää niin kunnat, järjestöt, yksityiset palveluntuottajat kuin seurakunnatkin. Varhaiskasvatuksen keskeisimpiä muotoja ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito sekä erilainen avoin toiminta. (Mts. 11.) Kansainvälisesti määritellään varhaiskasvatuksen koskevan 0-8-vuotiaita lapsia, mutta esimerkiksi varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa sitä ei numeraalisesti määritellä, vaan varhaiskasvatuksen katsotaan koskevan pieniä lapsia (Varhaiskasvatuksen uudistamisen linjauksia 2009, 29).

Varhaiskasvatus nähdään pienten lasten eri elämänpiireissä tapahtuvana kasvatuksellisenä vuorovaikutuksena. Sitä ohjaavat kolme päämäärää: henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, toisten huomioonottaminen ja toisista välittäminen sekä omatoimisuuteen oppinen niin, että lapsella on tarpeellinen huolenpito ja turva kuitenkin koko ajan lähellä. Tässä kaikessa tavoitteena on hyvinvoiva lapsi. Näin lapsella on mahdollisimman hyvät edellytykset kasvuun, oppimiseen ja kehittymiseen. (Mts. 11–15; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 15.) Lapsen etu tulee aina huomioida suunniteltaessa ja järjestettäessä varhaiskasvatusta (Kohti varhaiskasvatustilaa 2014, 19).

Varhaiskasvatus on muuttunut voimakkaasti kahden viimeisen vuosikymmenen aikana sekä sisällöllisesti että organisatorisesti. Muun muassa tutkimustoiminta varhaiskasvatuksen ja lapsuuden alueella on lisääntynyt ja yhä useammin tutkimusten tiedon lähteenä on käytetty lasta tai hänen lähipiiriään. Varhaiskasvatuksen toimintastrategiat ovat muuttuneet avoimiksi ja läpinäkyvimmiksi. Tänä päivänä pyritään korostamaan jokaisen lapsen omaa subjektiarvoa ja yksilöllisyyttä sekä vertaisryhmää lapsen kasvuprosessin tärkeänä osana. (Hujala, Nivala, Parrila & Puroila 2007, 13.)



Myös uusi varhaiskasvatustalaki tulee entistä enemmän painottamaan lapsen yksilöllisyyttä ja vaikuttamismahdollisuuksia itseensä koskeviin asioihin. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tulee tunnistaa lapsen yksilöllisen tuen tarve ja järjestää tukea mahdollisimman varhain moniammatillisessa yhteistyössä. Lasta tulee varhain ohjata eettisesti vastuunalaiseen toimintaan ja yhteiskunnan jäsenyyteen. Eikä lakiehdotuksessa unohdeta myöskään, että lapselle tulee varmistaa kehittävä, terveellinen ja turvallinen varhaiskasvatusympäristö. (Kohti varhaiskasvatustalakiä 2014, 20.)

## 2.1 Päivähoito

Lasten päivähoito on osa varhaiskasvatusta. Päivähoito on Suomessa peruspalvelu, jonka järjestäminen on jokaisen kunnan velvollisuus. Yhteiskunnan tehtävänä on taata jokaiselle lapselle laadullisesti hyvän päivähoidon saatavuus siten, että kaikilla lapsilla on mahdollisuus osallistua päivähoidon palveluihin riippumatta perheen sosioekonomisesta tai muusta yhteiskunnallisesta asemasta tai asuinpaikasta. Päivähoitopalvelujen tulee olla monipuolisia, mutta palveluissa saa kuitenkin olla kuntakohtaisia eroja paikallisten olosuhteiden ja asukkaiden tarpeiden mukaan. (Valtioneuvoston periaatepäätös varhaiskasvatuksen valtakunnallisista linjauksista 2002: 9.) Lapselle on myös taattava hoitopaikka ja jatkuva hoito sinä vuorokauden aikana kuin sitä tarvitaan (L 19.1.1973/36 2§).

Päivähoito on tärkeä lapsiperheiden palvelu, jolla voidaan vaikuttaa suoraan lasten ja perheiden hyvinvointiin. Päivähoito mahdollistaa vanhempien töissä käymisen ja edistää sukupuolten välisen tasa-arvon toteutumista. Päivähoidossa annettavalla laadukkaalla varhaiskasvatuksella on positiivisia vaikutuksia lasten hyvinvointiin ja oppimiseen sekä lasten eriarvoisuuden vähentämiseen. Se tasoittaa lasten elinolosuhteista johtuvia eroja ja tarjoaa siten kaikille lapsille samanlaiset mahdollisuudet kehittyä omien edellytystensä mukaisesti. (Hallituksen esitys eduskunnalle varhaiskasvatustalaksi ja arvonnalisäverolain 38 §:n muuttamisesta, 42.)

Päivähoitoa Suomessa säätelee muun muassa Laki lasten päivähoidosta (L 19.1.1973/36). Laki sisältää säännökset muun muassa päivähoidon toimintamuodoista, yksityisestä päivähoidosta ja kunnan velvollisuudesta järjestää päivähoitoa. Lasten päivähoitoa voivat saada lapset, jotka eivät vielä ole oppivelvollisuusikäisiä ja myös sitä vanhemmat lapset, jotka tarvitsevat hoitoa erityisistä olosuhteista johtuen, eikä hoitoa ole muulla tavoin järjestetty. Päivähoitolaissa on säädetty myös päivähoidon tavoitteista ja muun muassa erityistä hoitoa tarvitsevien lasten päivähoidon järjestämisestä. (L 19.1.1973/36.)

Päivähoitolain (L 19.1.1973/36 2a§) mukaan päivähoidon tavoitteena on tukea päivähoidossa olevien lasten perheitä näiden kasvatustehtävässä ja yhdessä perheiden kanssa edistää lapsen tasapainoista kehitystä. Päivähoidon tulee olla osaltaan tarjoamassa lapselle jatkuvat, turvalliset ja lämpimät ihmissuhteet, lapsen kehitystä monipuolisesti tukevaa toimintaa sekä lapsen lähtökohdat huomioon ottaen suotuisa kasvuympäristö.

Suomalaisessa päivähoidossa on myös onnistuneesti yhdistetty kasvatuksellinen tehtävä ja sosiaalipalvelullinen tehtävä. Tätä kutsutaan educare-malliksi. Education edustaa sekä esiopetusta että varhaislapsuuden pedagogiikkaa ja care giving sosiaalipalvelua perheille. (Hujala, Nivala, Parrila & Puroila 2007,12.) Educare-malli tarkoittaa käytännössä sitä, että esimerkiksi päiväkodissa voidaan tarjota lapselle kaikki tarvittava, eikä palveluita ole ripoteltu eri paikkoihin (Kalliala 2012, 21). Kallialan (2012, 21) mukaan on kuitenkin haastavaa löytää ja ylläpitää tasapainoa opetuksen ja hoidon välillä ilman, että toinen niistä nousee ylitse ja toinen jää sivulle.

Subjektiivisen päivähoito-oikeuden koskien kaikkia alle kouluikäisiä lapsia tullessa voimaan vuonna 1996 muuttui myös päivähoitokulttuuri. Muutos ei tapahtunut pelkästään hyvään suuntaan, kun kaikille alle kouluikäisille tarjoutui mahdollisuus päivähoidon vanhempien työtilanteesta huolimatta, vaan myös negatiivisia piirteitä on ollut havaittavissa. Kallialan (2012, 23–24) mukaan välillä jo tarpeettomastikin hyödynnetään päivähoidon palveluita esimerkiksi silloin, kun äiti on vauvan kanssa kotona ja isompi sisarus viedään hoitoon, jopa koko päiväksi. Kalliala kärjistää, että on

myös lapsia, joilla ei ole lainkaan lomaa, koska vanhemmat haluavat lomaa myös itselleen.

Myös Mikkola ja Nivalainen (2009, 15) ovat huolissaan lasten hoitopäivien pituudesta. Yhä pienemmät lapset viettävät yhä pidempiä aikoja muualla kuin omassa kodissaan omien vanhempiensa kanssa. Perhesuhteiden muuttuessa esimerkiksi avioeron myötä saattavat hoitopäivien pituudet myös kasvaa, koska lapsesta saattaa tällöin olla vastuussa vain yksi vanhempi ja hoitoajat määräytyvät hänen työnsä mukaan (Mikkola & Nivalainen 2009, 15).

Nyt päivähoidon osalta edessä on muutoksen aika. Nykyinen vuonna 1973 voimaan tullut päivähoitolaki on rakennettu sen aikaisen työelämän tarpeiden valossa ottamatta huomioon varhaiskasvatuksen roolia lapsen kehitykselle ja oppimiselle. Lakia on muuteltu ja paikkailtu vuosien kuluessa ja nyt se ei enää ole nähtävissä kokonaisuutena, jossa lapsen kasvatus ja hoito olisivat tasapainossa. Täten vuodesta 2010 alkaen on ryhdytty työstämään päivähoidon lakiuudistusta. (Komi 2012, 16.)

Uudistuksen valmistelu on edennyt hitaasti, mutta keväällä 2014 Opetus- ja kulttuuriministeriön asettama työryhmä on julkaissut oman raporttinsa varhaiskasvatusta koskevasta lainsäädännöstä. Keskeisimpiä uudistusesityksiä ovat muun muassa varhaiskasvatuksen määrittely ja tavoitteet, monialaisen yhteistyön korostaminen ja toiminnan järjestäjille esitetty velvoite seurata varhaiskasvatusympäristön kehittyvyyttä, terveellisyyttä ja turvallisuutta aina kolmen vuoden välein. Uudistusta esitetään myös lapsen oppimisen ja kehityksen tuen järjestämiseksi kolmiportaisen mallin mukaisesti. Tiukennuksia on esitetty henkilöstön ammattinimikkeisiin ja kelpoisuusvaatimuksiin. Henkilöstön mitoitus säilyisi ennallaan, mutta ryhmäkoko olisi enimmillään 21 lasta yli 3-vuotiaiden lasten ryhmässä. (Kohti varhaiskasvatustaloutta 2014, 5.)

Vuoropäivähoidon järjestämiseen ei ole luvassa uusia ohjeistuksia ainakaan esityksen perusteella. Kunnilla olisi edelleen velvollisuus järjestää varhaiskasvatusta niinä kelloaikoina, jolloin sitä tarvitaan. Oikeus ympärivuorokautiseen hoitoon olisi lapsilla,

joille se on välttämätöntä huoltajien työssäkäynnin tai opiskelun vuoksi. (Kohti varhaiskasvatustalakeia 2014, 24; HE342/2014)

## 2.2 Vuoropäivähoito

Nykyinen päivähoitolaki ei määrittele vuorohoitoa ja sen järjestämistä Suomessa, vaan vastuu tästä on jokaisella kunnalla itsellään. Laki määrittelee vain sen, että lapselle on pystyttävä tarjoamaan hoitopaikka sinä vuorokauden aikana kuin sitä tarvitaan (L19.1.1973/36 2§). Vuorohoidolla tarkoitetaan päivähoitoa, jota tarjotaan Petäjäniemen ja Pokin (2010, 8) selvityksen mukaan arkisin kello 18 ja 6 välillä sekä viikonloppuisin. Vuonna 2010 Suomessa päivähoidossa olevista lapsista vuorohoidossa on ollut noin 7% (Lasten päivähoito 2010, 9).

Vuorohoito on lisääntynyt voimakkaasti 2000-luvulla. Työelämän muutokset ovat lisänneet painetta vuorohoitopalveluiden laajentamiseen. Perheillä ei ole kuitenkaan subjektiivista oikeutta vuorohoitoon, vaan sitä tarjotaan ainoastaan silloin, kun kyseessä ovat työstä tai opiskelusta johtuvat tarpeet. (Petäjäniemi & Pokki 2010,8.) Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan loppuraportin (Varhaiskasvatus vuoteen 2020 2007, 39) mukaan perhetilanteet eivät juuri vaikuta pitkien työviikkojen yleisyyteen äideillä. Vuorohoidon muodoista eniten tarvetta on ollut iltahoidolla. Erityisesti viikonloppuisin vuorohoidon tarjonta on ollut liian vähäistä, ja se on näkynyt eniten suurissa kunnissa.

Palvelujen laajentamisen sijasta voitaisiin myös keskustella työelämän jatkuvasta vaatimusten lisääntymisestä ja niiden asettamasta ristiriidasta perheiden ja työn yhteensovittamisen välille. Parhaiten pienen lapsen hyvinvointia edistäisi arjen säännöllisyys. Tähän tarvittaisiin yhteistyötä työelämän kanssa niin, että pienten lasten vanhempien työajat olisivat paremmin järjestettävissä. (Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 39.) Perheet 24/7-hankkeen tutkimustulosten (2014) mukaan epätyypillisinä työaikoina työskentelevät niin yksinhuoltajat kuin parisuhteessakin elävät kokivat säännöllistä päivätyötä tekeviä useammin, että vastuun kantaminen lapsista on heidän

harteillaan. Vanhempien eriaikainen työskentely aiheutti muun muassa kotitöiden ja lasten hoidon suhteen kuormitusta, kun niistä huolehti kerrallaan vain yksi vanhempi. (Perheet 24/7- tutkimuksen tuloksia.)

Kalliala (2012, 24–25) kärjistää puolestaan vuorohoidon tilanteen lasten näkökulmasta niin, että ääritapauksessa lapsi voi joutua asumaan päiväkodissa yli 400 tuntia kuussa, kuten esimerkiksi laivalla työskentelevän yksinhuoltajan lapsen kohdalla saattaa olla. Kuitenkin yhteiskunnan on vastattava hoidon tarpeeseen, olisi se kuinka raskasta lapselle tahansa. Lapsen kehittymistä ja oppimista ajatellen tämä hoitojärjestely on epäsuotuisa. Kun lapsi joutuu olemaan erossa ensisijaisesta hoitajastaan, kuten äidistään, pitkän ajan, vaarantuu lapsen emotionaalinen hyvinvointi. (Kalliala 2012, 24–25.) Tosin suomalaisten epätyypillistä työaikaa tekevien vanhempien lapset ovat tuoreen tutkimustuloksen (Perheet 24/7-tutkimuksen tuloksia 2014) mukaan päivätyötä tekevien vanhempien lapsia harvemmin julkisessa päivähoidossa. Heitä hoitavat useammin sukulaiset, ystävät tai jokin muu taho. Voidaan ajatella, että tällöin esimerkiksi hoitajien ja muiden ympärillä olevien ihmisten vaihtuvuus ei ole yhtä suuri kuin julkisessa päivähoidossa.

Vuorohoidon haasteita lapsille Kääriäisen (2005, 78–79) tutkimuksen mukaan ovatkin pitkien hoitopäivien lisäksi vaihtelevat hoitajat ja vaihteleva määrä lapsia, joista aina ei välttämättä löydy itselle kaveria, kun hoidossa olevien lasten ikähaitari saattaa olla hyvinkin suuri. Hyviä puolia vuorohoidossa puolestaan ovat tutut ja turvalliset työntekijät, pienehkö ryhmä sekä kodinomainen ilmapiiri ja ympäristö. Myös hyvät yhteistyösuhteet niin vanhempien ja henkilökunnan välillä kuin henkilökunnan kesken vaikuttavat positiivisesti vuorohoitoon. (Kääriäinen 2005, 70.)

Perheet 24/7- hankkeen tutkimustulosten mukaan lapset viihtyvät yhtä hyvin hoitopaikassaan vanhemman työaikamuodosta huolimatta. Epätyypillinen työaika on osan monen suomalaisen perheen elämää. Myös ne, joiden virallinen työaikamuoto on säännöllinen päivätyö, tekevät aina silloin tällöin töitä epätyypillisinä aikoina muun muassa ylitöiden ja matkatöiden takia. (Perheet 24/7- tutkimuksen tuloksia 2014.)

Uuden varhaiskasvatustlain ehdotuksessa samoin kuin nykyäänkin, lapsi saisi osallistua varhaiskasvatukseen yleensä enintään kymmenen tuntia yhtäjaksoisesti. Lapsen edun mukaista ei ole viettää toimintayksikössä liian pitkiä päiviä, ja yleisimmin lapsen huoltajien työ- tai opiskelupäivät matkoineen eivät edellytä kymmentä tuntia pitempään varhaiskasvatukseen osallistumista. Toisaalta esimerkiksi vuorotyön työajat tai yksinhuoltajuus voivat johtaa tilanteisiin, että kymmenen tunnin hoitoaika ylittyy. Tämän vuoksi säännös ei tulisi olemaan ehdoton edelleenkään. (Kohti varhaiskasvatust lakia 2014, 37.)

### **3 Lapsen sosio-emotionaalinen kehitys**

Vaikka opinnäytetyössäni tutkin lapsen itsesääätelyn kehitystä ja vuorohoidon vaikutusta siihen, näen kuitenkin, että lapsen sosio-emotionaalinen kehitys ja hyvinvointi vaikuttavat itsesääätelyn kehitykseen. Mielestäni lapsen sosio-emotionaalinen kehitys ja itsesääätelyn kehitys kulkevat käsi kädessä vaikuttaen toinen toisiinsa. Pohjustankin itsesääätelyn kehitystä avaamalla ensin sosio-emotionaalista kehitystä.

Ihmisen sosio-emotionaalinen kehitys on tärkeä osa hänen kokonaiskehitystään. Etenkin lapsella sosio-emotionaalinen kehitys on tiiviisti yhteydessä fyysiseen kasvuun sekä kognitiiviseen, kielelliseen ja motoriseen kehitykseen. Kehityksen eri puolet alkavat myöhemmin eriytyä, vaikka niiden keskinäinen yhteys säilyy pitkälle lapsuuden jälkeenkin. Sosio-emotionaalisen kehityksen tarkastelu kokonaiskehityksestä irrotettuna on mahdollista vain teoreettisesti. (Ahvenainen, Ikonen & Koro 2001, 40.)

Sosio-emotionaalisuus ja sen kehittyminen jakautuu kahteen peruskäsitteeseen eli sosialisatioon ja emotionaalisuuteen. Sosialisatiolla tarkoitetaan laajimmillaan lapsen kehitystä biologisesta olennosta sosiaalseksi yksilöksi ja yhteiskunnan jäseneksi. Sosiaalistumisprosessi tapahtuu vuorovaikutuksessa yksilön eli lapsen ja yhteisön eli muiden ihmisten välillä. Prosessissa onnistuminen edellyttää lapselta sosiaalisten taitojen hallintaa, kuten kykyä ratkaista ristiriitoja, tiedostaa normeja, kommunikoida

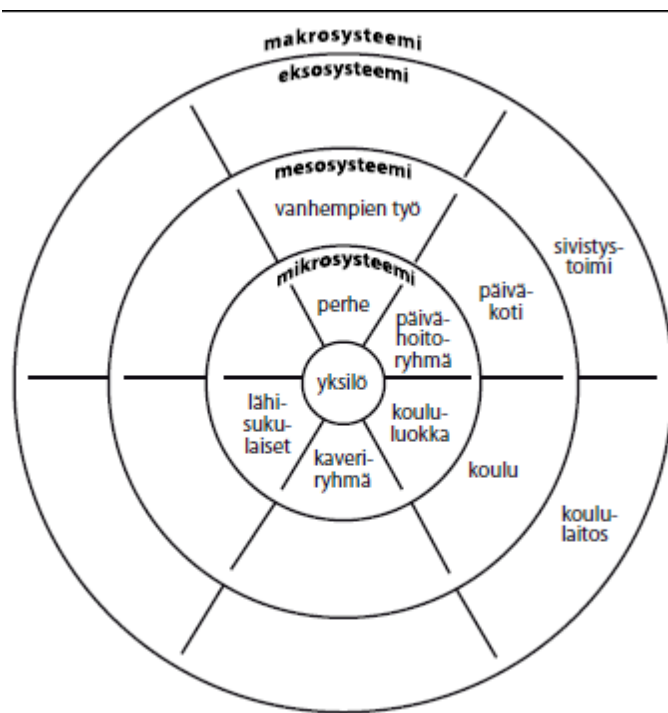
selkeästi, luoda suhteita toisiin ihmisiin ja omata myönteinen minäkuva ja hyvä itsetunto. (Ahvenainen ym. 2001, 47.)

Emotionaalinen kehitys puolestaan liittyy tunteiden tunnistamiseen, niiden ilmaisuun ja tulkintaan (Pihlaja 2004, 218) ja on osaltaan myös hyvin kokonaisvaltaista; se on vähitellen tapahtuvaa kasvua, jossa aiemmat kehityksen vaiheet vaikuttavat aina tulevaan. Freudin ajatusten mukaan lapsen persoonallisuus muotoutuu viiden ensimmäisen elinvuoden aikana. Näin ajatellen vanhempien käyttäytymisellä on tärkeä rooli lapsen emotionaalisessa kehityksessä. Kehitys nivoutuu tiiviisti perheen ja muiden lasta ympäröivien yhteisöjen sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Ympäristö joko tukee tai rajoittaa kehityksessä olevien kriisien ratkaisemista ja siten lapsen emotionaalista kasvua. (Ahvenainen ym. 2001, 48.)

Sosioemotionaalisessa kehityksessä korostuu siis yksilön riippuvaisuus ympäristön tarjoamista kehitysmahdollisuuksista tai niiden puuttumisesta. Täten suurin osa lasten sosio-emotionaalisista ongelmista aiheutuu ympäristön tarjoamista virheellisistä malleista tai tasapainoista kehitystä tukevan ympäristön puutteesta. (Ahvenainen ym. 2001, 42.)

### 3.1 Bronfenbrennerin ekologinen ajattelumalli

Urie Bronfenbrenner (1979) on käyttänyt ekologista ajattelutapaa lasten sosio-emotionaalisen kehityksen kuvaamiseen. Myös Bronfenbrenner korostaa ekologisessa sosiaalistumisteoriassaan lapsen kehityksen kokonaisvaltaisuutta. Kyseisen teorian mukaan lapsi on mukana useissa sosiaalisissa järjestelmissä, jotka kaikki ovat vuorovaikutuksessa keskenään. Ekologinen näkemys myös korostaa, että muutos missä tahansa yksilön sosiaalisessa ympäristössä näkyy muutoksena yksilössä ja kuinka momentaaliset toimintaympäristöt vaikuttavat lapsen kehitykseen. (Ahvenainen ym. 2001, 44; Kanninen & Sigfrids 2012, 47.)



Kuvio 1. Bronfenbrennerin (1979) ekologista sosiaalistumisteoriaa mukaellen

Mikrosysteemin elinpiireistä lapsen varhaiskehityksen kannalta merkittävin on perhe; vanhemmat ja sisarukset. Mutta jos ajatellaan kokonaisvaltaista näkemystä, niin muun muassa päivähoitoryhmää ei voi suinkaan jättää mikrosysteemin elinpiiritarkastelun ulkopuolelle. (Ahvenainen ym. 2001, 45.) Tässä on otettava huomioon se, että osa lapsista viettää suurimman osan hereillä oloajastaan päivähoidossa. Päivähoidossa mikrosysteemiin vaikuttavia ihmisiä ovat päivähoidon työntekijät ja kaverit. Mikrotasolle kuuluvat myös kaveripiiri ja naapurusto sen mukaan, mitä suuremmaksi lapsen elinpiiri kasvaa (Kanninen & Sigfrids 2012, 47.)

Mesosysteemi muodostuu, kun lapsi kohtaa toisen mikrosysteemin eli esimerkiksi silloin, kun lapsi aloittaa päivähoidon (Kanninen & Sigfrids 2012, 47). Mesosysteemin elinpiireistä etenkin vanhempien työ tai sen puute voi vaikuttaa keskeisesti lapsen sosio-emotionaaliseen kehitykseen (Ahvenainen ym. 2001, 45). Näin ollen vanhemman epäsäännöllinen vuorotyö ja sen mukana lapsen epäsäännöllinen vuoropäivähoito voivat osallaan siis vaikuttaa sosio-emotionaaliseen kehitykseen. Ekosysteemiin kuuluvat varhaiskasvatuspalvelut ja sivistystoimi.



Makrosysteemiin kuuluvat yhteiskunnan ideologiset ja aineelliset järjestelmät säätelevät vahvasti sitä millaisia edellytyksiä lapsen sosiaaliselle ja muulle kehitykselle turvataan. Lainsäädäntö ja eri palvelujärjestelmät määrittävät ne edellytykset, joiden alaisina alemmissa osajärjestelmissä yksilöiden sosio-emotionaalistakin kehitystä ohjataan. (Ahvenainen ym. 2001, 45–46.) Esimerkiksi vanhempien ja päivähoidon kasvatustyön kannalta makrosysteemin tasolla määritetään sosiaaliset ja perhepoliittiset toimenpiteet, joilla yhteiskunta tukee lapsiperheitä (Kanninen & Sigfrids 2012, 48).

### 3.2 Sosio-emotionaalisen kehityksen vaikeudet ja niissä tukeminen

Kun etsitään syitä lapsen sosio-emotionaalisiin vaikeuksiin ekologinen ajattelutapa pitää tärkeänä lapsen elinpiiriä ja ympäristön sosiaalista toimintaa. Vaikeudet nähdään lapsen ja hänen ympäristönsä välisenä vuorovaikutusongelmana. Kun lapsen ongelmaa lähdetään poistamaan, täytyy puuttua koko ympäristön muuttamiseen. (Pihlaja 2004, 219.) Muun muassa stressaavat tekijät, kuten työttömyys perheessä, vanhempien parisuhdeongelmat tai lapsen vaikea temperamentti, synnyttävät epäsosiaalisuutta vaikeuttamalla vanhempien ja lasten vuorovaikutusta ja lapsen sosiaalistumista. Kun ongelmakehä on lähtenyt liikkeelle, on sen vyörymistä vaikeaa pysäyttää. Tästä saattaa seurata epäjohdonmukaista kasvatusta välillä kurittaen, välillä jättäen lapsi huomiotta. Lasta ei neuvota, ohjata ja valvota riittävästi vanhempien väsyessä nopeasti hankalaan lapseen. (Ahvenainen ym. 1999, 113.)

Sosio-emotionaaliset vaikeudet ovat nykypäivänä moni-ilmeisiä. Moni-ilmeisyyttä lisää kontekstien eli elinpiirien erilaisuus ja niiden erilaiset odotukset. Lapsissa vaikeudet voivat ilmetä arkuutena, ujoutena ja vetäytymisenä tai hillittömyytenä, häiritsevyytenä ja hyökkäävyytenä. Lapsi voi olla myös ylivilkas ja keskittymiskyvytön tai hänellä voi olla riippuvuusongelmia, jolloin hän ei halua erottautua äidistä eikä kodis-

ta ja mennä päiväkotiin. Sosio-emotionaalisiin ongelmiin liittyy olennaisesti se, että lapsen sosiaaliset ja tunne-elämän valmiudet eivät ole ikätasolla. (Pihlaja 2004, 219.)

Mahdollisia tulevia sosio-emotionaalisia vaikeuksia voidaan ehkäistä jo lapsen ensimmäisistä vuosista lähtien. Lapsen ja hänen vanhempiansa tai hoitajiensa välille syntyy jo ensimmäisen vuoden aikana perusluottamus. Lapsen tulee kokea itsensä tärkeäksi ja tuottavansa ympärillään oleville aikuisille iloa, jotta terve itseluottamus lähtee rakentumaan. Toistuvasti vaihtuvat hoitosuhteet ja emotionaaliset hylkäämiset hankaloittavat lapsen sosio-emotionaalista kehitystä. Myös antamisen ja vastaanottamisen vuorovaikutus on tärkeää kehityksen kannalta. (Ahvenainen ym. 1999, 114.)

Perusturvallisuuden rakentuminen auttaa lasta oppimaan pettymysten sietoa. Turvallisten rajojen asettaminen ja aikuisten tuki pettymysten käsittelyssä ovat tärkeitä terveen kehityksen elementtejä. 3–6-vuotiaana lapsi lähtee irtautumaan vanhemmis- taan ja löytämään omaa yksilöllisyyttään. Tässä on tärkeää, että vanhemmat eivät sido lasta liikaa tai toisaalta jätä häntä yksin yksilöistymisprosessissa. Usein yksin jätetyn lapsen vanhempien voimavarat ovat vähäisiä tai he ovat tietämättömiä omasta merkityksestään lapsen kehityksen tukijana. (Ahvenainen ym. 1999, 114–115.)

Perheen rakenteella on Ahvenaisen ym. (1999) mukaan vaikutusta sosio-emotionaaliseen kehitykseen. Vanhempien eron takia lapsi jää usein yksin, eikä kumpikaan ole häntä tukemassa tunteiden kanssa. Yksinhuoltajalla ei ole yhtä paljon aikaa ja voimia paneutua lapsen kasvatukseen kuin ehjän perheen vanhemmilla, jotka jakavat kasvatusvastuun keskenään. Tasapainoista kehitystä vaarantaa myös se, että yksinhuoltajaperheissä lapsella ei ole välttämättä mahdollisuutta oppia oman sukupuolensa mukaista käyttäytymistä ja tavanomaisia perheen ihmissuhteita. Tosin en- tistä enemmän sosiaalisuutta voi oppia myös kaveripiirissä ja vertaisryhmissä. (Ahvenainen ym. 1999, 117–118.)

Jotta lasta voidaan auttaa sosio-emotionaalisissa vaikeuksissa, niin kotona kuin päi- vähoidossakin, tulee kasvattajan ymmärtää lapsen yksilöllisyyttä, hänen persoonalli-

suuden piirteitään ja hänen kokemuksiaan, jotka ovat vaikuttaneet hänen kehitykseensä. (Heinämäki 200,64.) Usein haastavat tilanteet saattavat liittyä myös ikäkauteen kuuluvaan uuden oppimiseen (Lundán 2012, 38).

2–3-vuotiailla on voimakas tahtoikä, jolloin aggressiotunne voi tulla yllättäen. Pelko tai pettymys voi saada aikaan tunnetilan, joka aiheuttaa uhman tai tottelemattomuuden. Tahtoiässä oleva lapsi luulee, että aikuinen ei kuule tai näe hänen tarpeitaan. Tällaisessa tilanteessa aikuisen tilanteen sanoittaminen voi auttaa siihen, että lapsi ei turhaudu, vaan näkee, että aikuinen ymmärtää häntä ilman oikeita sanojakin. Lapsen kiukuttelu aikuiselle on usein luottamuksen osoitus, koska hän oppii tunteistaan kiukun kautta. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikessa ei tarvitse antaa periksi. (Lundán 2012, 39.)

3–4-vuotiaat haluavat aikuiselta jo arvostavaa kohtaamista omalla tasollaan. Lapsi harjoittelee myös kieltäytymistä, jolloin lapsen tunteiden ja mielikuvituksen sietäminen on tärkeässä roolissa. Näissä tilanteissa lapsi oppii selvittelytaitoja, neuvonpitoa, yhteisymmärrystä ja vastavuoroisuuden taitoja. Lapsi haluaa onnistumisistaan kehuja ja kiitosta ja aikuisen osattava antaa niitä oikeissa paikoissa. Kiireisissä tilanteissa aikuisen ja lapsen välille syntyy usein turhia ristiriitoja, ja silloin tällöin onkin hyvä ottaa ns. aikalisä asian selvittämiseen, jotta ei ajauduta epäselvyyksien noidankehään. (Lundán 2012, 39.)

4–5-vuotiaille huomio on kaikki kaikessa. Lapset hakevat huomionsa joko hyvällä tai pahalla. Lasten mielestä kielteinenkin huomio on parempi kuin ei huomiota lainkaan. Lapsilta ei vielä saa vaatia liikoja, kun he tasapainoilevat itseriittoisuuden ja itseensä uskomisen välillä. 5–6-vuotiailla hiovat sosiaalisia taitojaan kavereiden kanssa. Omanarvontunne on koetuksella, sillä kelpaamisen tunne saattaa horjua leikeissä. (Lundán 2012, 40.)

Päivähoidossa kasvattajan on tunnettava sosio-emotionaalia taitoja ja vaikeuksia eri-ikäivaiheissa yleisesti ja ymmärrettävä lapsiryhmän toimintaa. Kasvattajan tulee muistaa vahvistaa lapsen itsetuntemusta ja minäkuvaa ja on otettava huomioon, että hä-

nen omat tuntemuksensa ja tunteensa peilautuvat lapseen. Lapsen itseluottamuksen ja itseilmaisun tukeminen sekä luottamuksellinen aikuiskontakti ovat tärkeitä. Toki myös käyttäytymissäännöt ja tarpeelliset rajoitukset tulee laatia ja opettaa lapsille. (Heinämäki 2000, 64.)

Valitettavan usein sosio-emotionaaliset ongelmat ilmenevät jo aiemmin kerrottuina arkipäivän käytösongelmina, joista aiheutuu lapselle jatkuvaa moittimista, epäonnistuneita kokemuksia kaverisuhteissa ja ristiriitaa toisten odotusten ja oman toiminnan välillä. Tällöin onkin syytä pysähtyä pohtimaan suhtautumista lapsen ongelmiin eri ympäristöissä, ja samalla etsiä asioita, joissa lapsi onnistuu ja on hyvä, tilanteita, joista hän selviytyy hyvin ja ympäristöjä, jotka tukevat hänen toimintaansa. (Heinämäki 2000, 65–66.) Lapsiryhmätkin ovat erilaisia ja lapsi voi käyttäytyä eri ryhmissä eri tavoin (Pihlaja 2004, 225). Vuoropäivähoidossa ryhmät vaihtuvat usein, koska lapset ovat hoidossa vanhempiensa työaikojen mukaisesti. Tosin vuoropäivähoidossakin on mahdollista järjestää pienryhmätoimintaa.

Ryhmässä toisilla lapsilla on tärkeä rooli sosio-emotionaalisessa kehityksessä. Ryhmän toisten lasten avulla lapsi luo totuudenmukaista, ikäsidonnaista ja sosiaalista tietoa itsestään. Lapsi on tasavertainen toisten lasten kanssa; häneen voi vaikuttaa ja hän voi vaikuttaa toisiin. Hyvin vaikeissa tilanteissa toiset lapset voivat olla uhkana tai ahdistaa ongelmallista lasta. Tällöin aikuisen fyysinen ja psyykkinen läsnäolo voi helpottaa lapsen oloa ja ahdistusta ja aikuinen voi tukea lapsen toimintaa. Luottamuksellisessa kontaktissa aikuisen kanssa on tavoitteena, että lapsi oppii tuomaan tunteitaan esille. (Pihlaja 2004, 226.)

Johdonmukaisuus aikuisten toiminnassa luo turvallisen ympäristön lasten toiminnalle. Säännöistä ja rajoituksista tulee pitää kiinni koko kasvatusyhteisössä. Lapsen tulee saada myös hoidossa tuntee, että hänestä välitetään, esimerkiksi sylihoitohetkillä. Päivähoidon ympäristön tulisi olla rauhoittava ja toiminnalla tulisi olla sellainen rakenne, joka vähentää levottomuutta ja ahdistusta. Tämän takaa esimerkiksi toiminnan ja tapahtumien ennustettavuus. (Pihlaja 2004, 227.)

Lapsella voi olla vaikeuksia myös toiminnanohjaustaidoissa. Hän ei kuitenkaan välttämättä osaa sanoa, missä tarvitsee apua. Vaikeudet voivat näkyä arjen tilanteissa jumiutumisenä tai juuttumisena tietynlaiseen tunnetilaan, ajatteluun tai toimintaan, josta lapsi ei pääse yli ilman aikuisen ohjausta. Apua voi tuoda kosketus olkapäähän, uuden asian esille tuominen tai vireystilan muuttaminen. Usein kielelliset vaikeudet vaikuttavat myös lapsen motivaatioon ja tunteeseen. Lapsen voi olla vaikea ilmaista ja luokitella tunteita, tunnistaa omia tarpeita ja sanoittaa niitä sekä ratkaista ongelmia. (Lundán 2012, 38.)

On olemassa myös pedagogisia menetelmiä, joilla voidaan tukea sosio-emotionaalisista vaikeuksista kärsiviä lapsia, kuten pienryhmätoiminta. Osa pienryhmistä voi olla koko lukuvuoden samoina pysyviä, joissa luodaan hoidolliset ja turvalliset olosuhteet. Osa taas voi olla ryhmiä, joissa lapsi voi vapaasti ja turvallisesti irtautua omasta kahlitsevasta roolistaan. Tällöin lapsella on oikeus ja mahdollisuus kokeilla ja löytää itsestään sekä tuhmaa että kilttiä ja kokeilla erilaisia mahdollisuuksia toimia erilaisissa rooleissa. (Pihlaja 2004, 229.)

Ryhmässä toisten lasten seura ei riitä poistamaan lapsen kehityksen haasteita, sillä joskus toinen lapsi, joka on kehittynyt yli ikätasonsa sosio-emotionaalisesti, voi aiheuttaa toiminnallaan tuskaisuutta lapselle, jolla ei näitä taitoja ole. Ryhmän aikuisten tehtävä on luoda sosiaalisesti turvallisia tilanteita lapselle ja tukea häntä suhteiden luomisessa ja ylläpitämisessä. Aikuista tarvitaan myös valvomaan ja ohjaamaan leikkiä, mutta ei kuitenkaan siihen puuttumaan koko ajan. (Pihlaja 2004, 234.)

Ryhmällä on haittapuolensakin: jos lapsi pääsee tyrannisoimaan, hän saattaa itsekin alkaa ajatella, että on paha. Ryhmässä saattavat kärsiä myös lapset, jotka ovat ujoja, hiljaisia tai kiusattuja. Välillä on hyvä aloittaa lapsen kanssa kahden kesken ja pikkuhiljaa kasvattaa ryhmän kokoa lapsen taitojen mukaan. Riehuva lasta ei tule jättää yksin, vaan lapsella tulee aina olla joku, joka pitää lähellä tai kiinni, eikä itse järky. Ryhmän aikuisella on täten koko ajan tärkeä rooli, kun ryhmässä on sosio-emotionaalisista vaikeuksista kärsiviä lapsia. (Pihlaja 2004, 235–237.)

Koritehtävät saattavat auttaa myös toisia lapsia sosio-emotionaalisissa ongelmissa esimerkiksi jos lapsella on havaittavissa toimintaan juuttumista. Koritehtävissä tehtävät tehdään aina saman kaavan mukaan ja tehtävät on jo etukäteen lajiteltu koreihin. Kun kaavaa toistetaan korien avulla toistuvasti, toiminta sisäistyy ja alkaa pikkuhiljaa sujumaan itsestään. (Lundán 2012, 86.) Koritehtävien mallia voidaan hyödyntää muun muassa siirtymätilanteissa, kuten vessakäynneissä tai pukemisessa. Myös koritehtävien kuvittaminen helpottaa joitain lapsia.

Myös omahoitaja-mallilla on koettu olevan sosio-emotionaalisissa vaikeuksissa positiivisia vaikutuksia. Pienet lapset etenkin tarvitsevat rinnalleen aikuista selvitäkseen hoitopäivästä ilman vanhempaansa. Lapsen turvallisuuden tunne lisääntyy, kun hän tietää, että häntä varten on olemassa aikuinen, joka on yhteydessä häneen, vaikka vanhemmat eivät olekaan paikalla. Omahoitajan valintaan on erilaisia käytäntöjä eri päiväkodeissa, mutta erityistä tukea tarvitsevan lapsen omahoitaja valitaan huolellisesti sen mukaan, kuka kokee voivansa olla lapselle turvallinen aikuinen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 115–116.)

## **4 Lapsen itsesäätelyn kehitys**

Päättökusaiheeni on lapsen itsesäätelyn kehitys ja sen tukeminen vuoropäivähoidossa. Seuraavassa avaan tarkemmin itsesäätelyn käsitettä ja itsesäätelyn kehitystä sekä nostan esille vaikeuksia lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Lopuksi esittelen keinoja itsesäätelyn tukemiseen.

Itsesäätelyä on mahdotonta määrittää yksiselitteisesti. Määrittelyyn vaikuttaa aina määritelmän tekijän viitekehys ja myös asiayhteys, jossa käsitettä käytetään. Tiivistettynä itsesäätelyssä on kyse ihmisen kyvystä säädellä emootioitaan, käyttäytymistään ja kognitiivisia toimintojaan. Emootioihin ja niihin liittyvän käyttäytymisen säätelyllä tarkoitetaan ihmisen kykyä ymmärtää ja hyväksyä tunnekokemuksensa. Sillä tarkoitetaan myös kykyä säädellä tunteiden ilmaisua ja niihin liittyviä toimintaa niin, että toiminta olisi tavoitteiden mukaista ja sosiaalisesti sallittavaa. Tunteiden sääte-

lyn kehittymisen myötä ihmisellä on mahdollisuus monimutkaisempiin vuorovaikutussuhteisiin ja toimintoihin. Onnistunut tunteiden säätely mahdollistaa mielekkään vuorovaikutuksen ympäristön kanssa. (Aro 2013, 10–11.)

Tunteiden säätelylle on myös erityisiä haasteita, kuten hankalat tunteet viha, pettymys tai suru. Esimerkiksi näiden tunteiden sosiaalisesti suotava ja oman hyvinvoinnin mukainen ilmaisu vaatii opettelua. Aikuisen odotukset ja oletukset lapsen kyvystä säädellä tunteitaan ohjaavat pitkälti sitä, miten aikuinen itse toimii lapsen kanssa. Ne ohjaavat myös sitä, miten lasta ohjataan, tuetaan ja lohdutetaan. Kun lapsi onnistuu tunteiden ja käyttäytymisen säätelyssä, hän pystyy välttämään käyttäytymistä, joka saattaisi olla lapselle itselleen tai muille vahingollista. Tunteet ohjaavat hänen toimintaansa ja määrittävät myös sisäisten ja ulkoisten tapahtumien ja tilanteiden henkilökohtaisia merkityksiä. (Aro 2013, 11–12.)

## 4.1 Itsesäätelyn määrittely

Voidaan ajatella, että käyttäytymisen itsesäätely myös estää ihmistä toimimasta tietyllä tavalla silloin, kun se ei ole suotavaa. Lapsen kasvaessa muun muassa sosiaaliset normit asettavat haasteita käyttäytymisen säätelylle. Päivähoitoikäisen lapsen tulisi jo pystyä hillitsemään ensisijaiset toimintayllykkeensä, kun ne eivät sovi kyseiseen tilanteeseen, kuten kaverille juttelemisen kesken satuhetken. (Aro 2013, 12.)

Ihmisen kyvyllä säädellä kognitiivista toimintaansa tarkoitetaan esimerkiksi kykyä säädellä tarkkaavaisuutta ja muistia, jäsentää tietoa, luoda sääntöjä sekä suunnitella ja arvioida toimintaa. Edellä mainittujen asioiden kehitys on lapsuusvuosina erityisen nopeaa, vaikka kognitiivisen kontrollin kehitys jatkuukin pitkälle toiselle vuosikymmenelle. Ero näkyy muun muassa lapsen kyvyssä olla häiriintymättä ulkopuolisista ärsykkeistä ja kyvystä suunnitella toimintaa etukäteen. (Aro 2013, 12–13.)

Itsesäätely-käsitteellä on monta käyttötapaa ja erilaisia merkitysvivahteita riippuen siitä mistä teoreettisesta näkökulmasta sitä pyritään ymmärtämään. Itsesäätelyllä

voidaan viitata esimerkiksi käyttäytymisen säätelyyn tai tunteiden ilmaisun säätelyyn. Kummatkin näistä ovat itsesäätelyn ulottuvuuksia, mutta eri teoreettisesta viitekehystä. Keskeisiä teoreettisia viitekehyksiä ovat muun muassa behavioraalinen, jossa itsesäätelytaidoilla tarkoitetaan muun muassa taitoa käyttäytyä ja toimia niin, että yksilö voi päästä haluamiinsa tavoitteisiin ja oppimisteoreettinen, jossa keskiön nousevat ihmisen oma kyky havainnoida ja matkia toisten toimintaa ja sen merkitys itsesäätelyn oppimisessa. (Aro 2013, 13–14.)

Muita teoreettisia viitekehyksiä on muun muassa sosiaalis-kognitiivinen lähestymistapa, joka painottaa yksilön käsitystä itsestään ja toisista ihmisistä sekä korostaa ihmisen kiinnostusta ympäristöään kohtaan ja asettaa tarpeen jäsentää ja hallita sitä. Samalla tavalla yksilön kontrollitarvetta ja aktiivisuuden merkitystä korostaa myös sosiokulttuurinen näkökulma. Psykoanalyttisessa lähestymistavassa lapsuuden tärkeänä kehitystehtävänä on oppia säatelemään sopimattomia ja ristiriitaisia impulsseja ja selviämään todellisuuden kanssa tehokkaasti niin, että sekä omat perustarpeet että ympäristön vaatimukset tulevat otetuksi huomioon. (Aro 2013, 15–16.)

Kaikkien näiden eri lähestymistapojen pohjalta voidaan nostaa esiin eri seikkoja, jotka ovat tärkeitä itsesäätelyn kehityksessä: yksilön myötäsyttyiset ominaisuudet ja reagoitaitapumukset ja tarve ymmärtää, jäsentää ja hallita niin ympäristöä kuin itseäänkin. Myös ihmisen käsitys itsestä yksilönä ja yhteisön jäsenenä ja käsitykset muista ihmisistä ovat keskeisiä seikkoja ympäristön palautteen ja aktiivisen sosiaalisen toiminnan lisäksi. (Aro 2013, 16–17.)

## 4.2 Itsesäätelyn kehittyminen

Itsesäätelyn kehitystä tapahtuu aina vauvaiästä lähtien, mutta kuvailen itse tarkemmin kehitystä taaperoiäisestä esikoululaiseen, joita suurin osa tutkimani päiväkodin lapsista on. Kun lapsi aloittaa päivähoidon, alkaa usein myös lapsen erkaantuminen lähimmästä hoitajasta, omasta vanhemmastaan. Taaperoiässä häntä alkaa kiinnostaa säännönmukaisuus, tutut tavat toimia ja järjestys. Lapsi haluaa, että tavarat ovat pai-



koillaan ja tuttu rytmi säilyy. Lapsi lajittelee, järjestee ja vertailee esineitä, koska järjestys ja rutiinit auttavat säätelemään käyttäytymistä. Lapsen on helpompi toimia tutussa tilanteessa. (Aro 2013, 24.)

Halu ja taito matkia muita alkaa kehittyä myös taaperoiässä. Lapsi alkaa havaita myös sosiaalisen käyttäytymisen sääntöjä. Hän korjaa muiden virheitä ja osaa jo tuntea häpeää toimiessaan väärin, vaikka tarvitseekin apua vielä sääntöjen noudattamiseen ja sisäistämiseen. Lapsi ei vielä kuitenkaan tiedä omien taitojaan ja kykyjään täysin, vaan joutuu vielä ristiriitaisiin tilanteisiin ja kohtaamaan pettymyksiä, joista voi seurata vahvoja kiukunpuuskia. (Aro 24–25.)

Nopeaa kehitystä tunteiden säätelyssä tapahtuu erityisesti kolmannen ikävuoden jälkeen. Lapset oppivat silloin tulkitsemaan tiettyjä kasvojenilmeitä ja oppivat, että tunteilla voi vaikuttaa toisten ihmisten toimintaan. Kielellinen kehitys edesauttaa myös tunteiden säätelyn kehitystä. (Aro 24–25.) Pieni lapsi vaatii aikuiselta kokonaisvaltaista virittäytymistä lapsen tunteisiin ja kokemuksiin. Lapsi tarvitsee rinnalleen koko ajan jonkun, johon peilata itseään ja kokemuksiaan. Yksinolo luo pienelle lapselle tyhjyyden ja hajoamisen tunnetta. Tähän esimerkiksi omahoitajajärjestelmän tulisi vastata niin, että aikuinen kykenee mahdollisimman paljon olemaan läsnä ja virittäytyneenä omiin lapsiinsa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 81.)

4–5-ikävuoteen mennessä lapsi alkaa ymmärtää, että muut eivät ajattele samoin kuin hän tai näe asioita samalla tavalla. Se, että lapsi oppii hyväksymään ja sallimaan omat tunteensa, auttaa myös hyväksymään kavereiden erilaiset tunteet. Lapsi myös oivaltaa, että ihmisten toimiin vaikuttavat muun muassa heidän tunnetilansa ja halunsa. Kun heillä on lupa olla yksilöitä heidän minäkuvansa ja itsetuntonsa eivät ole niin riippuvaisia ympäristön vaihteluista. Kaikki nämä lisäävät lapsen hallinnantunnetta itsestä ja ympäristöstä. Tällöin lapset oppivat jo pienenä tekemään valintoja sen mukaan, mikä tuntuu heistä itsestään hyvältä, eivätkä he mene sen mukaan, mitä muut heiltä vaativat. (Aro 2013, 24–25; Kullberg-Piilola 2000, 33.)

Esikouluiän lähestyessä lapselle kehittyy yhä enemmän sisäisiä oletuksia ja ihanteita siitä, miten asiat tulee tehdä. Lapsi saattaa olla erityisen tarkka oikeudenmukaisuuden toteutumisesta ja pelisääntöjen noudattamisesta. Tällöin lapsi ei tarvitse enää niin paljon aikuisen tukea ja on näin ollen siirtymässä käyttäytymisen ulkoisesta säätelystä kohti sisäistä säätelyä. Lapsen kiinnostus kohdistuu ikätovereihin ja hän haluaa saada heiltä enemmän hyväksyntää. Taitoja toimia toisten kanssa lapsi harjoittelee myös mielikuvitus- ja roolileikeissä. Myös kognitiivinen toiminta muuttuu tavoitteellisemmaksi: lasta alkaa kiinnostaa tekemisen lisäksi lopputulos. Esikouluiässä lapselle tulee vaihe, jossa työn loppuunsaattaminen tyydyttää häntä, eikä saavutusta välttämättä tarvitse jakaa aikuisen kanssa. (Aro 2013, 27.)

Isompi lapsi ei vaadi aikuiselta enää niin intensiivistä virittäytymistä kuin pieni lapsi vaatii. Kaikesta huolimatta lapsen mielentilojen ymmärtäminen ja säätelyssä auttaminen tarvitsee päivittäisen virittäytymisen ja hoitajan on oltava läsnä. Päivähoitoryhmiä on helppo verrata, missä ryhmissä hoitajat ovat riittävän virittyneitä lapsiin ja missä eivät. Jälkimmäisissä ryhmissä lasten mielentilat vaihtelevat ennustamattomasti, struktuuri puuttuu ja lapsien ymmärrys sen hetkisestä toiminnasta on vähäistä. Ryhmät näyttävät ulospäin turvattomilta. Tässä näemme, kuinka olennaista on kasvattajan asennoituminen lasten tunteisiin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 82.)

Itsesäätelyllä ja etenkin tunteiden säätelyllä on vaikutusta myös ryhmässä toimimiseen ja kaverisuhteisiin. Hyvä itsesäätely auttaa haastavista sosiaalisista tilanteista, kuten riidoista ja kiusaamisesta selviämistä. Tunteiden ja käyttäytymisen säätelyyn ja tarkkaavuuteen liittyvien taitojen puutteet näyttävät usein johtavan kaverisuhteiden ja sosiaalisten taitojen ongelmiin. Tunteiden säätelyn keinot kasvavat kehityksen ja vuorovaikutuksen myötä. Jo pienellekin lapselle voidaan opettaa keinoja, jotka auttavat hankalissa tilanteissa, esimerkiksi ajatusten kääntäminen positiivisempiin taphtumiin. Tällöin lapsi oppii myös erottamaan ajatuksen tunteesta. (Poikkeus 2013, 95–99.)

Jos itsesäätelytaidoilla on vaikutusta hyvien kaverisuhteiden muodostamiseen, niin myös kaverisuhteilla ja leikillä on vaikutusta itsesäätelyn kehitykseen. Lapsen kasva-

essa kaverit saavat yhä keskeisemmän merkityksen. He tarjoavat mahdollisuuden tarkastella muiden käyttäytymistä ja verrata omaa toimintaa siihen. Lapset ohjaavat luonnostaan toistensa toimintaa ja havaintoja. Toimintaa ohjaava puhe jäsentää lapselle toimintatilannetta. Tällainen ohjaava keskustelu joko aikuisen tai kaverin antaman mallin mukaan tukee lasta suorittamaan sellaista, johon hän ei vielä itsenäisesti kykenisi. Tämä antaa lapselle ajattelun ja toiminnan mallin, joka myöhemmin auttaa häntä säätelemään omaa toimintaansa. Myös kavereiden kanssa leikittävät mielikuvi- tus- ja roolileikit tarjoavat lapselle maailman, jossa hän voi turvallisesti ja itse tapahtumia halliten opetella muun muassa tunteiden säätelyä. Leikin aikana lapsi ohjaa itseään puheella ja tutustuu sisäisen puheen toimintaa ohjaavaan vaikutukseen. (Aro 2004, 244–245.)

#### 4.3 Vanhemman merkitys lapsen itsesäätelyn kehitykseen

Lapsi on syntymästään lähtien oma persoonansa yksilöllisinä kykyineen ja taipumuk- sineen. Ollessaan virkeä hän on vuorovaikutussuhteessa aktiivinen osapuoli, joka on luonnostaan halukas yhteyteen toisen kanssa ja etsii sosiaalisia virikkeitä. Lapsen synnynnäisellä temperamentilla on ratkaiseva merkitys vuorovaikutussuhteen muo- dostumisessa ja itsesäätelytaitojen kehityksessä. Lapsen varhaiskehityksessä synnyn- näisiä reaktiotaipumuksia muokkaa ulkoinen säätely eli vanhemman kontrolli, joka pitkälti tarkoittaa vanhempien hoiva- ja kasvatustoimintaa. Vanhempien toiminta ja vanhemman ja lapsen vuorovaikutussuhteen laatu ovat merkittävimmät itsesäätely- taitojen kehitykseen vaikuttavista ulkoisista tekijöistä. Vanhemman toiminnan olen- naisimpia piirteitä itsesäätelyn näkökulmasta ovat herkkyyys aistia lapsen tarpeita ja vastata niihin oikea-aikaisesti, ohjaus- ja kasvatuskeinojen lämpimyys tai ankaruus ja lapsen kognitiivista kehitystä tukevat ohjauskeinot, kuten tarkkaavaisuuden tukemi- nen ja kielellinen ohjaus. (Laakso 2013, 60–64.)

Itsesäätelyn kehitystä käsittelevissä tutkimuksissa vanhempien erilaiset kasvatuskei- not ja niiden yhteydet lapsen itsesäätelytaitoihin ovat olleet usein kiinnostuksen koh- teena. Hyviin itsesäätelytaitoihin johtavat muun muassa lapsen kehuminen, myön-

teisten tunteiden osoittaminen ja johdonmukaisuus sääntöjen asettamisessa, kun taas komentaminen, määräily, kielteiset tunteet ja ankuruus kuuluvat kasvatustyyliin, joka on yhteydessä uhmakkuuteen, tottelemattomuuteen ja vaikeuksiin sääntöjen sisäistämisessä. (Laakso 2013, 65.)

Myös lapsen kognitiivista kehitystä tukevat ohjauskeinot vaikuttavat lapsen kehittyviin itsesäätelytaitoihin. Vanhemman läsnäolo ja lapsen toiminnan rikastaminen ja laajentaminen tukevat monien kognitiivisten taitojen oppimista. Virikkeellisessä vuorovaikutuksessa opitut taidot luovat tärkeää perustaa lapsen kehittyville itsesäätelytaidoille. (Laakso 2013, 65.) Hyvässä hoivasuhteessa lapsella on perusturvallisuuden tunne ja vanhempi kykenee lukemaan ja säätelämään lapsen erilaisia tunnetiloja onnistuneesti. Lapselle tulisi hoivasuhteessa välittyä, että toiset ihmiset ovat tunneperäisesti saatavilla, auttamassa lasta huomaamaan ja ymmärtämään tunteita sekä antamassa tarvittaessa lohtua. (Kanninen & Sigfrids 2012, 80.)

Kehityspolut, jotka johtavat lapsen hyviin itsesäätelytaitoihin, ovat hyvin monitekijäisiä. Ne heijastavat jatkuvaa ja liikkuvaa vaikutussuhdetta lapsen hoivaympäristön piirteiden ja lapsen vuorovaikutukseen tuomien ominaisuuksien välillä. Koko vuorovaikutussuhteiden vyyhti kuuluu vielä laajempaan sosiokulttuuriseen ympäristöön ja saa vaikutteita siinä vallitsevista uskomuksista ja arvoista. Kun lapsen itsesäätelytaitoja halutaan tukea, on tärkeää tiedostaa kaikki eri tekijät, jotka siihen vaikuttavat, kuten Bronfenbrennerin ekologisessa ajattelumallissa on esitelty. Vanhemmuus ja vanhemman ja lapsen vuorovaikutus ovat aina tärkeitä palasia lapsen itsesäätelytaitojen tukemisessa ja kuntouttamisessa. (Laakso 2013, 74.)

#### 4.4 Vaikeudet lapsen itsesäätelyn kehityksessä

Itsesäätelyn kehitys ei etene kaikilla lapsilla samaan tahtiin, mikä tuottaa vaikeasti tulkittavia eroja lasten välille. Vaihtelua tuo myös lasten kehityksen pyrähdykset ja sahaavuus. Lapsen elämään voi kuulua kausia, jolloin hän kykenee säätelämään käyttäytymistään oikealla tavalla ja saa hyväksynnän ympäristöltään, mutta saattaa olla

myös kausia, jolloin säätely onnistuu heikommin ja jo opitut taidot katoavat hetkeksi kokonaan. Osaltaan temperamenttipiirteet vaikeuttavat itsesäätelyn kehityksen seuraamista ja vertailua. Aina ei ole helppo erottaa temperamentin osuutta kehitykseen liittyvistä vaikeuksista. Myös tilannetekijöillä on oma roolinsa säätelytaitojen arvioinnissa. (Aro 2013, 106–107.)

Itsesäätelytaitojen vaikeudet voivat näkyä tunteiden ja käyttäytymisen ali- tai ylisäätelynä. Alisäätely ilmenee impulsiivisuutena, aggressiivisuutena, uhmakkuutena ja käytösongelmina. Ylisäätely puolestaan näkyy arkuutena, estyneisyytenä ja pelokkuutena, jolloin lapsi ei uskalla ilmaista tai ei tunnista todellisia tunteitaan tai ei osaa säädellä niitä. Usein lasten käyttäytymisen ongelmista puhutaan jakamalla ne sisään- ulospäin suuntautuviin. Aggressiivisuus, levottomuus ja impulsiivisuus kuuluvat ulospäin suuntautuviin oireisiin. Sisään- ulospäin suuntautuvia oireita ovat muun muassa somaattiset oireet, vetäytyminen ja masennus. (Aro 2013, 106–108.)

Ulospäin suuntautuvista käyttäytymisen vaikeuksista impulsiivisuus, aggressiivisuus, uhmakkuus ja kiukkukohtaukset näkyvät eritoten kolmen vuoden iässä, jonka jälkeen ne yleensä tasoittuvat huomattavasti. Usein taaperoikäisillä on vaikeuksia sietää häviämistä peleissä ja kokea hylätyksi tulemista muun muassa, kun hän jää leikkien ulkopuolelle. Näihin liittyviin vihan, häpeän ja pettymyksen tunteiden säätelyyn lapsi tarvitsee paljon aikaa ja mahdollisuuksia harjoitella niitä sekä paljon ympäristön ja vanhempien apua. Joillekin hankaluuksia aiheuttaa tunteiden nopea ja voimakas viriäminen, jolloin lapsi tulistuu nopeasti, toisille ongelmia tulee, kun ei pysty rauhoittumaan voimakkaiden tunnekokemusten jälkeen. (Aro 2013, 108–109.)

Aggressiivisuus nähdään usein lyömisenä, puremisena ja potkimisena, mutta se voi olla myös henkistä, sanallista tai passiivista. Aggressio voi suuntautua muihin ihmisiin ja esineisiin tai sitten lapseen itseensä. Toiset lapset voivat pelätä ja ahdistua aggressiivisesta käytöksestä, mutta joku voi myös ihailla sitä, koska ei itse rohkene reagoida siten. Lapsi kompensoi heikkoa itsetuntoaan väkivallalla tai ilkeydellä. Muiden reaktiot saavat lapsessa aikaan hetkellisen suuruuden ja vallan tunteen, kunnes se romahtaa ja lapsi vaipuu entistä syvemmälle. Lapsesta tulee epätoivoinen, vaikeasti tavoit-

tettava ja itseensä pettynyt. (Pihlaja 2004, 221–222.) Jos aggressiivisuus tai uhmakkuus jatkuu lapsella runsaana, siitä aiheutuu ristiriitoja ympäristön kanssa. Tyypillisesti lapsella, jonka ongelmallinen käytös on alkanut varhain, ilmenee vanhempana ikätovereitaan enemmän käytöshäiriöitä ja tarkkaavuushäiriöitä. (Aro 2013, 108–109.)

Itsesäätelyn vaikeudet lapsella voivat näkyä motorisesti levottomana ja impulsiivisena käytöksenä. Tällöin lapsella on vaikeuksia pysyä paikallaan, odottaa vuoroaan ja keskittyä yhteen asiaan pitkää aikaa. Lapsi saattaa sinkoilla paikasta toiseen, ei saa omin avoin pysäytettyä toimintaansa eikä reagoi aikuisen ohjaukseen. Jotta voidaan puhua tarkkaavuushäiriöstä, kyseisen toimintatavan on oltava lapselle tyypillistä useissa eri ympäristöissä, eikä se saa ilmetä vain yhdessä vuorovaikutussuhteessa. Tarkkaavuushäiriöön liittyvät hyperaktiivisuus, jolloin lapsi liikuttelee levottomasti jalkojaan ja käsiään, eikä malta pysyä paikallaan, tarkkaamattomuus, jolloin lapsen on vaikea seurata olennaisia asioita ja huomio kohdistuu helposti epäolennaisiin ja häiritseviin ärsykkeisiin sekä impulsiivinen käyttäytyminen, jolloin lapsi toimii huomioiden tilannetta ja sen asettamia käyttäytymisvaatimuksia. (Aro 2013, 111–112.)

Edellä mainittujen selkeästi näkyvien vaikeuksien lisäksi itsesäätelyn vaikeudet voivat näkyä myös arkuutena ja vetäytyvänä käytöksenä. Leikki-iässä lapsi saattaa kokea vaikeaksi mennä mukaan leikkiin ja osallistua peleihin kavereiden kanssa. Tämä vaikeuttaa uusien sosiaalisten taitojen oppimista. Aran käytöksen jatkuessa pitkään lapsi saattaa kokea yksinäisyyttä, itsearvostuksen puutetta ja jopa masennusta. Taustalla voidaan ajatella olevan vaikeus säädellä ja käsitellä pelon, ahdistuksen ja häpeän tunnetta. Toki iän myötä monet lapset oppivat säätelemään näitä tunteitaan ja rohkaistuvat olemaan sosiaalisesti aktiivisempia. Vetäytynyttä ja arkaa käytöstä voidaan pitää myötäsyttyisenä taipumuksena, niin kuin voimakasta ja ulospäin suuntautuvaa reagointiakin. Lasten toimintatapoja siis ohjaisivat luontaiset taipumukset, eikä käytös olisi seurausta ympäristön vaikutuksista. (Aro 2013, 113–114.)

Pelokkuus ja ahdistuneisuus ovat myös osa itsesäätelyn vaikeuksia. Pelko- ja ahdistushäiriöstä on kyse silloin, kun kehitysvaiheeseen liittyvät pelot poikkeavat voimak-

kuudeltaan ja niihin liittyy merkittävää sosiaalista haittaa. Ahdistuneisuus voi ilmetä itkemisenä, spontaanin puheen puuttumisena tai vetäytymisenä, josta voi seurata sosiaalisten suhteiden rajoittumista, jolloin lapsi ei opi uusia sosiaalisia ja kielellisiä taitoja ikätovereidensa kanssa. Eroahdistus on päiväkotikäisellä tyypillistä, samoin kuin lapsen kohtuuton huoli läheisiä mahdollisesti kohtaavasta onnettomuudesta tai läheisten menettämisestä. Ahdistushäiriöstä kertoo lapsen voimakas levottomuus, ärtyneisyys, hermostuneisuus, väsymys ja uupumus. (Aro 2013, 114–115.)

Itsesäätelyn vaikeudet näkyvät siis tavallisen arjen toimissa muun muassa riehumisena tai vetäytymisenä tai siirtymätilanteissa levottomuutena. Lapsi saattaa olla rauhaton esimerkiksi ruokailussa tai hän rikkoo tahallisesti ryhmän perussääntöjä. Lapsella voi olla vaikeuksia leikkiä, solmia kontakteja ja tulla toimeen ikäistensä kanssa. Lapsella ei ole välttämättä kykyä havaita tunteita, eikä hän pysty näkemään asioita muiden näkökulmasta. Lapsi ei välttämättä kestä myöskään ei-sanaa. Lapsi haluaa itse määrätä ja päättää kaikesta. Vanhemmat ovat antaneet lapselleen liikaa ymmärrystä, koska ovat yrittäneet välttää konflikteja lapsen kanssa. Rajattomuus voi näkyä myös lapsen liian tuttavallisena käytöksenä ja luottavaisuutena. Lapsi mukautuu liiaksi toisten toiveisiin, eikä itse osaa sanoa ei. Lapsi voi myös vaikuttaa tunteettomalta: itku ja nauru eivät ole hänelle tuttuja ja kaiken kaikkiaan omien tunteiden kontrollointi voi olla vaikeaa. (Pihlaja 2004, 220–222.)

## **5 Itsesäätelytaitojen tukeminen vuoropäivähoidossa**

Itsesäätelytaitojen tukemista vuoropäivähoidossa on tutkittu hyvin vähän. Suurin osa käytännön keinoista tukea lasta on kirjoitettu perheiden näkökulmasta. Itse kuitenkin näen, että keinot ovat sovellettavissa myös vuoropäivähoitoon, koska vuoropäivähoito hoitomuotona pyrkii muistuttamaan kodinomaista kasvatusympäristöä. Toki itsesäätelyä on tutkittu myös päiväpäivähoidon näkökulmasta, joka soveltuu suoraan vuoropäivähoitoon käytettäväksi.

Kun lapsi aloittaa päivähoidossa, hän saa kodin lisäksi toisen yhteisön, johon hänen pitäisi pystyä turvallisesti liittymään. Päiväkodissa lapsi huomioidaan yksilönä, mutta hän on aina myös osa ryhmää. Yhteisöön eli ryhmään liittyminen, toisten huomioiminen ja huomioon ottaminen sekä omien halujen ja tarpeiden säätelyn oppiminen nousevat tärkeiksi taidoiksi. Taidot voi oppia vain vuorovaikutuksessa ensin omien vanhempien ja sitten toisten aikuisten kanssa. Lapsi tarvitsee paljon toistoja, jotta hän alkaa sisäistää rajoja ja normeja, joiden avulla hän voi oppia säätelmään myös omia aggressioitaan, tarpeitaan ja halujaan sekä toimimaan toisten hyväksi. Aikuisen malli on avainasemassa. (Mikkola & Nivalainen 2009, 19–20.)

Päivähoito- ja esiopetusikäisenä lapsilla on koko ajan suurempi motivaatio kehittyä itsesäätelyssä. Ympäristö kannustaa emotionaaliseen, käytökselliseen, sosiaaliseen ja kognitiiviseen kasvuun. Perheen ja muun kasvatuksellisen ympäristön emotionaalinen ilmapiiri, strategiat, odotukset ja opetusmenetelmät ovat merkitykseltään keskeisiä. Myös kavereiden ja median vaikutus kasvaa koko ajan. Lämmin ja vastaanottavainen ilmapiiri niin ryhmähoidossa kuin perheessäkin vaikuttavat itsesäätelyn kehitykseen kaikilla osa-alueilla. Päivähoitoikäisenä lapsi alkaa ymmärtää lähellä olevien ihmisten käyttäytymistä ja asenteita, kuten arvoja ja uskomuksia. Vielä enemmän hoitajat tukevat lasta itsesäätelyssä, kun lasta kannustetaan itsenäisyyteen ja lapselle annetaan mahdollisuuksia ikä- ja taitotasoisesti selvittää arjen tehtävistä. Painottamalla positiivisia taitoja, asennetta ja motiiveja, tukee aikuinen myös lapsen itsesäätelyn kehitystä. (Bronson 2000, 217–220.)

## 5.1 Toiminnan suunnittelu ja säännöistä sopiminen

Päivähoidossa itsesäätelyn tukeminen aloitetaan toiminnan ja ohjauskeinojen laadukkaasta suunnittelusta sekä säännöistä sopimisesta (Eklund & Heinonen 2013, 216). Arjen pedagogiikkaa lähdetään rakentamaan pitkäjänteisesti ja sitoutuneesti yhdessä määriteltyjen arvojen ja päämäärien mukaisesti. Yhteinen pedagoginen linja tehdään näkyväksi. (Mikkola & Nivalainen 2009, 25.) Aikuisten työskentelymotivaatio ja keskinäinen tukeminen vahvistuvat ja ristiriitatilanteet vähenevät, kun linjat ja



säännöt ovat kaikille selvät ja kun työntekijät ymmärtävät millaisia tekoja heiltä arjessa odotetaan, jotta yhteinen linja toteutuu. Näin toiminta tulee myös johdonmukaisemmaksi. Päiväkodissa suunnitelmia ja keinoja olisi hyvä säännöllisin väliajoin arvioida ja päivittää ryhmän luonteen mukaisesti. Toki myös lapsia voidaan tietyissä rajoissa ottaa mukaan suunnitteluun. Lasten osallistaminen tulee olla yksi toiminnan lähtökohdista. (Eklund & Heinonen 2013, 216–217; Mikkola & Nivalainen 2009, 25.)

Vuoropäivähoidon esimiehen vastuulla on se, että työyhteisön pedagogiikka on määritelty ja rajattu selkeästi. Esimiehen tehtävä on järjestää ja osoittaa aika pedagogiikan työstämiselle ja kehittämiselle. Kukaan ei voi pitää kaikkia lankoja yksin käsissään vaan niitä tulee jakaa myös toisille ja luottaa siihen, että jokainen työntekijä osaa, selviytyy ja sitoutuu yhteisesti valittuun pedagogiikkaan. (Mikkola & Nivalainen 2009, 26.)

Rakenteeltaan selkeä ympäristö helpottaa itsesäätelyn vaikeuksista kärsivää lasta, jotta hän pystyy hyödyntämään sitä oman toimintansa jäsentämiseen ja saamaan onnistumisen kokemuksia (Eklund & Heinonen 2013, 218). Toimintaympäristössä on hyvä huomioida myös rauhallisuus eli ympäristön muuttumattomuus, rauhalliset värit ja vähäinen meteli sekä lapsilähtöisyys. Selkeyttä ja ennakoitavuutta tuovat lisää myös esimerkiksi erilaiset kuvalliset päivärytmit, joista näkyvät päiväjärjestyksen lisäksi kuvien avulla, ketkä lapset ja hoitajat ovat paikalla ja ketkä poissa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 42.)

Lapsi tarvitsee toimintansa ohjaamiseen lyhyet ja selkeät ohjeet sekä aikuisen tukea. Etukäteissuunnittelu mahdollistaa monia itsesäätelyn tukemisen näkökulmasta keskeisiä asioita: se auttaa niin aikuisia kuin lapsiakin ennakoimaan tilanteita ja valmistautumaan niihin. Se mahdollistaa myös yksilöllisten erityispiirteiden huomioon ottamisen. Toiminnan tavoitteiden kertominen lapsille selkeästi auttaa työn loppuun asti viemiseen. Väljä ohjeistus kannustaa käyttämään mielikuvitusta, mutta tukee hyvin heikosti idean toteuttamista. (Eklund & Heinonen 2013, 218.)

Viikko- sekä päiväkohtaisessa suunnittelussa on tärkeää sekä säännöllisyys että monipuolisuus. Säännöllinen toimintarunko tuo turvallisuutta ja monipuolinen ohjelma mahdollistaa lasten yksilöllisten tarpeiden huomioimisen. Erilaisilla tilanteilla ja toimintoilla on omat erityiset tavoitteensa, kuten sadun kuuntelussa opetellaan istumaan hiljaa ja lautapelejä pelatessa noudattamaan sääntöjä, odottamaan vuoroa ja opitaan sietämään myös pettymyksiä. Toiminnan sisältö ei saa olla vain aikuislähtöistä, vaan on tärkeää, että lapset pääsevät myös vaikuttamaan sen sisältöön. Sen avulla lapset oppivat säätämään ympäristöään ja kokemaan valintojensa seuraukset. Pienten lasten kanssa voi aloittaa valinnat esimerkiksi valitsemalla kahdesta pelistä, kumpaa lapsi haluaa pelata. (Eklund & Heinonen 2013, 220–221.)

Arjen sujuvuus, toimivuus ja säännöllisyys tukevat ja helpottavat myös lapsen itsesäätelyn kehittymistä. Mitä pienemmässä ryhmässä lapsen on mahdollista olla, sen helpompaa ja turvallisempaa hänen on hallita omaa toimintaansa, tulla yksilönä näkyväksi ja olla oma itsensä. Pienessä ryhmässä lasta on helpompi tukea ja aikuisen on helpompi havainnoida ja ohjata lapsen toimintaa. Pienryhmätoiminnan pohjana on vuorovaikutuksen suunnittelu ja sen mahdollistaminen. Pienemmässä ryhmässä lapsella on mahdollisuus oppia suhteuttamaan omia taitojaan eri tilanteisiin sopiviksi sekä tunnistamaan omien tekojensa seuraukset ja vaikutukset toisiin ihmisiin. Pienryhmissä siirtymätilanteet, kuten uloslähtö, helpottuu ja ruokailu selkeytyvät. Myös ulkoilu ja ruokailu ovat rauhallisempia pienen ryhmän kesken. (Mikkola & Nivalainen 2009, 31–45.)

Lapsen itsesäätelyn tukemisessa olennaista on positiivisen palautteen antaminen. Itsesäätelyn vaikeudet aiheuttavat jatkuvasti tilanteita, joissa lapsi saa negatiivista palautetta suorasti tai epäsuorasti. Toistuvat kokemukset rakentavat lapsen minäkuvaa. Lapsen negatiivista minäkuvaa voi alkaa muuttaa vähitellen antamalla hänelle toistuvasti myönteistä palautetta. Sanallisen kehun tai kiitoksen voi korvata halauksella, kosketuksella tai vaikka syliin ottamisella, tosin ottaen huomioon esimerkiksi tuntoyliherkkyydestä kärsivät lapset. (Eklund & Heinonen 2013, 223–225.)

Yksi päivähoidon työntekijän perustehtävistä on lapsen toiminnan ohjaaminen. Aikuinen osaa toimia suodattimena ja valikoida ympäristöstä ne asiat, joiden pariin lasta ohjata. Toiminnanohjauksen avulla aikuinen voi ohjata lapsen esimerkiksi sellaisen palapelin pariin, josta tietää lapsen selviytyvän. Onnistuessaan lapsi saa iloa onnistumisestaan ja se vahvistaa lapsen itsetuntoa. Kasvatukselliseen vuorovaikutukseen kuuluu myös kieltäminen ja rajaaminen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 96.) Pääsääntöisesti päivähoitoikäiset lapset oppivat säännöt muutamasta sanomisesta tai ohjaavasta katseesta (Aro 2004, 251).

Itsesäätelyn vaikeuteen ja tarkkaavaisuushäiriöön liittyy vaikeus sisäistää sanottuja tai sanomattomia sääntöjä tai normeja. Jotta lapsi oppisi sääntöjä, on aikuisen oltava mahdollisimman johdonmukainen eikä opeteltavia sääntöjä saa olla liian monta samanaikaisesti. Myös palkkiojärjestelmää voi kokeilla sääntöjen oppimisessa lasten kanssa. Kun lapsi noudattaa jotain sääntöä tietyssä toiminnassa, saa hän sen päätteeksi vaikka yhteisen hetken aikuisen kanssa. (Aro 2004, 251–252.)

Päivähoidon ammattilaiset kertovat usein, että aikuisten on vaikea toimia yhdenmukaisesti, kun valvotaan sääntöjen noudattamista. Työntekijätkin ovat luonteeltaan erilaisia: toiset sallivampia, toiset tiukempia. Aikuiset voivat olla erilaisia kyvyssään sietää syyllisyyttä, joka lasta rangaistaessa saattaa herätä. Lapset ovat tietoisia aikuisten välisistä eroista sääntöjen suhteen. Osa lapsista kestää pieniä epäjohdonmukaisuuksia ja jopa hyödyntää niitä. Itsesäätelyn vaikeuksista kärsivä lapsi taas hyötyy enemmän varmasta ympäristöstä, jossa ei ole epäjohdonmukaisuuksia. Lasten yhdenvertainen kohtelu ryhmässä kertoo lapselle siitä, että oikeudenmukaisuus toteutuu. (Eklund & Heinonen 2013, 229.)

Väistämättä ongelmatilanteita tulee lasten kanssa ja joskus niissä lapsi reagoi hyvin voimakkaasti. Lapselle ei välttämättä riitä rauhoittava puhe ja syliin ottaminen, vaan hän saattaa tarvita paikallaan pitelemistä eli holdingia, siirtymistä pois tilanteesta ja pitkää keskustelua. (Aro 2013, 108–109.) Jäähdy on myös yksi keino katkaista lapsen sääntöjen vastainen toiminta. Jäähdyllä ollessaan lapsi on myönteisen huomion ulko-

puolella, mutta ei koskaan ilman valvontaa. Aikuinen huolehtii, että jäähyllä ollessaan lapsi rauhoittuu ja on hetken rauhallisena. (Eklund & Heinonen 2013, 231.)

Joissakin tilanteissa lapsen toiminnan voi jättää huomiotta, mutta aina se ei toimi. Joskus tarvitaan aikuisen määrätietoista käskyä. Säännön rikkomisesta tulee aina keskustella, jotta lapsi tietää mitä on tehnyt väärin ja miten voisi toimia oikein. Lapselle tulee antaa kokemus myös kuulluksi tulemisesta ja varmistaa, että lapsi myös kuuntelee aikuista. (Aro 2013, 230–231.)

Lapsen itsesäätelyn vaikeudet ja haastava käytös saattavat vaikuttaa myös kasvatussyhteistyöhön vanhempien kanssa. Vaikeudet saavat vanhemmissa aikaan monenlaisia tunteita ja haastava käytös vaikuttaa perheen arkeen ja rutiineihin, perheen rooleihin sekä vanhempien jaksamiseen ja kokemukseen vanhemmuudesta. Haastavasti käyttäytyvien lasten vanhemmat voivat olla uupuneita, stressaantuneita ja keinottomia – tämä saattaa lisätä vanhempien halua yhteistyöhön päivähoidon henkilöstön kanssa tai sitten juuri päinvastoin. (Rautamies, Laakso & Poikonen 2013, 199.)

Kasvatussyhteistyötä hankaloittavat pääsääntöisesti toistuvat kielteiset viestit lapsesta, vanhemman kokemus syyllistämisestä, ajan ja voimavarojen puute sekä ammattilaisen tapa asettua vanhemman yläpuolelle. Jotta hankalia asioita olisi helpompi ottaa puheeksi, tulisi päivähoidon henkilöstön muodostaa yhteistyösuhteesta tasavertainen ja antaa vanhemmalle kokemus siitä, että hän tulee kuulluksi ja että häntä arvostetaan. Vanhempien kannalta yhteistyötä vaikeissa tilanteissa helpottaa se, että he näkevät päivähoidon työntekijällä olevan hyvän suhteen lapseen. Vanhempien tulee myös itse haluta tukea, neuvoja ja tietoa ja heillä tulee olla sama huoli lapsesta. (Rautamies ym. 2013, 199.)

Erikssonin ja Arnkilin (2007) Huolen puheeksi ottamisen menetelmä on monelle päivähoidon työntekijälle tuttu apuväline vaikeiden asioiden käsittelyyn vanhempien kanssa. Huolen puheeksi ottoa helpottaa huolta herättävien havaintojen kirjaaminen. Tärkeintä siinä on konkreettisuus, jotta vanhemmalle asioista kerrottaessa keskustelu

säilyy asiakasta kunnioittavana eivätkä asiat pääse vääristymään. Huolen puheeksiottoa voi jakaa myös useampaan kertaan, jos huolenaiheita on paljon. Näin myös vanhemmalle jää aikaa pohdiskella kuulemaansa. (Eriksson & Arnkil 2007, 22–23.)

Vanhempien kanssa toimiessa on hyvä muistaa keskittyä huolen kertomisen lisäksi myös myönteiseen palautteeseen. Näin toimiessa työntekijän palaute ei tule tulkituksi syytteeksi tai moitteeksi. Myönteinen palaute vahvistaa vanhempien jaksamista ja luo uskoa tulevaisuuteen. Yhteistyön tekeminen vanhempien kanssa edellyttää työntekijöiltä hyviä vuorovaikutustaitoja ja herkkyyttä kohdata erilaisia vanhempia. Aina tulee muistaa, että lapsen etu ja hyvinvointi on kaiken toiminnan keskiössä. On tärkeää, että vanhempi ymmärtää, että häneltä ollaan pyytämässä apua lapsen tukemiseen. (Rautamies ym. 2013, 204, 213; Eriksson & Arnkil 2007, 18.)

## 5.2 Malleja itsesäätelyn tukemiseen vuoropäivähoidossa

Niin lasten vanhemmat kuin päivähoidon henkilökuntakin kohtaavat haastavasti käyttäytyviä lapsia. Vanhemmille on suunnattu monia erilaisia kuntoutusmuotoja, kuten Bartonin ja Sandbergin (1993) kehittämä Perhekoulu ja Tasolan ja Lajusen (1997) kehittämä Vanhempana vahvemmaksi-ryhmä. (Linnove & Kivijärvi 2013, 148.) Menetelmät pohjaavat Barkleyn (1981, 1990) kehittämään tukiohjelmaan, jossa vanhempia ohjataan käyttämään erilaisia vuorovaikutuskeinoja, kuten huomiotta jättäminen ja palkkiojärjestelmät. Tukiohjelmissa annetaan ohjeita myös lapsen ohjaamiseen ja rajoittamiseen. Ohjelmien tavoitteena on myös lisätä vanhempien ymmärrystä lapsesta ja hänen käyttäytymisestään sekä vähentää vanhemman syyllisyyden tunnetta. Vanhempia opetetaan käyttämään sosiaalisen oppimisen periaatteita lapsen toivotun käyttäytymisen vahvistamisessa ja ei-toivotun käyttäytymisen vähentämisessä. (Aro 2004, 254.)

Päivähoidon henkilöstön tueksi on myös kehitetty erilaisia malleja sisältäen konsultaatiota, työnohjausta ja koulutusta. Yksi näistä malleista on Jyväskylässä kehitetty Kaskas eli Kasvu ja kasvatus. Mallin tavoitteena on löytää myönteisen vuorovaikutuk-

sen ja ohjauksen keinoja päiväkodin arkeen. KasKas-mallissa on myös käytetty pohjal-  
la muun muassa Perhekoulun menetelmiä. Ammatillinen koulutus ei suojaa työnteki-  
jöitä tunteilta, joita lapsen haastava käytös saattaa aiheuttaa. Työntekijä saattaa ko-  
kea itsensä keinottomaksi ja riittämättömäksi. Päivähoidossa haastavasti käyttäyty-  
vän lapsen kanssa voidaan päätyä kielteisen vuorovaikutuksen kehään, jossa niin  
työntekijä kuin lapsikin kokevat epäonnistuvansa. Tämä voi olla haitallista niin aikui-  
selle kuin lapsellekin. (Linnove & Kivijärvi 2013, 148–149.)

KasKas-ryhmän toiminnassa on samanlaisia piirteitä kuin työnohjauksessa. Ryhmän  
tapaamisissa käsitellään tunteita ja ajatuksia, joita haastavasti käyttäytyvien lasten  
kohtaaminen herättää työntekijöissä ja työyhteisössä. Ryhmän ensisijaisena tavoit-  
teena on, että osallistujat löytävät lapsen ohjauksen keinoja, jotka pohjautuvat  
myönteiseen vuorovaikutukseen. Ryhmässä tehdään suunnitelma, jonka avulla opit-  
tuja asioita viedään työyhteisöön. Omien työtapojen tarkastelussa keskitytään lapsi-  
ryhmän toiminnan järjestämiseen niin, että aikaa jää myös haastavasti käyttäytyvän  
lapsen ohjaukselle huomioiden muun muassa pienryhmätoiminta ja siirtymätilantei-  
den toimivuus. Työyhteisöltä edellytetään sitoutumista pitkäkestoiseen prosessiin.  
Myös vanhempien tukeminen kuuluu osana ryhmän toimintaan. (Linnove & Kivijärvi  
2013, 151–154.)

Osana ryhmän toimintaa ovat lapsen erilaiset motivaatio- ja ohjauskeinot, kuten oh-  
jaaminen lapsen valintojen tekemiseen, palkkiot, jäähdytys, käytöksen huomiotta jättä-  
minen, palautteen antaminen eri tavoin ja tehokkaat ohjeet ja käskyt. Ohjauskeino-  
jen tarkoituksena on tukea ja vahvistaa lapsen itsesääätelytaitoja ja ne on tarkoitus  
sitoa osaksi arjen toimintaa. Pienryhmätoiminta, työntekijöiden selkeä roolitus ja  
hyvät käytännön järjestelyt tukevat ohjauskeinojen käyttöönottoa. KasKas-ryhmässä  
ammatillisen kasvun tukemisen keskeisenä tekijänä ovat vertaiskeskustelut. Muutok-  
seen pyritään myös antamalla tietoa, lisäämällä oman toiminnan arviointia ja teke-  
mällä välitehtäviä arkeen liittyen. (Linnove & Kivijärvi 2013, 160–166.)

Kanninen ja Sigfrids (2002) esittelevät myös yhden voimakkaiden tunnetilojen koh-  
taamiseen liittyvän Lapsen silmin- työskentelymallin, joka perustuu Gottmanin teok-

seen EQ för föräldrar. Hur du utvecklar känslans intelligens hos ditt barn (1998). Mallissa on viisi askelta voimakkaiden tunteiden kohtaamiseen. Ensimmäisessä askeleessa tunteita havainnoidaan ja tunnistetaan. Lapsi ilmaisee usein tunteitaan leikin kautta, jonka jälkeen on hyvä käydä lapsen kanssa tunteita läpi. Lapsille voi eri tavoin opettaa tunteiden tunnistamista. Toisessa askeleessa hyväksytään lapsen tunteet ja ollaan tukemassa lasta silloin, kun voimakkaat tunteet saavat vallan. Aikuisen on tärkeää ennakoida tilanteita, ymmärtää laukaisevia tekijöitä ja pysähtyä tilanteisiin ajan kanssa. On hyvä oivaltaa ristiriidat mahdollisuudeksi luoda läheisyyttä ja ohjaamisen hetkiä. (Kanninen & Sigfrids 2012, 83–84.)

Kolmannessa askeleessa aikuinen keskittyy kuuntelemaan lasta empaattisesti ja eläytyvästi ja olemaan vain lasta varten. Neljännessä askeleessa aikuisen tehtävä on auttaa lasta tunnistamaan ja nimeämään tunteensa. Nimeämisen tarkoitus on auttaa lasta kokoamaan ajatuksiaan ja rauhoittumaan. Tässä vaiheessa aikuisen on hyvä kuulostella, onko kyseessä ensisijainen tunne vai toissijainen tunne. Suuttumuksen taustalla voi olla toisia tunteita, kuten pettymyksiä kateutta, pelkoa tai turhautumista. Lapselle on tärkeää myös selittää, että samassa tilanteessa voi eri ihmisillä on erilaisia tunteita. Kun on löydetty sopiva tunnekuvaus, lapsi on valmis ottamaan vastaan ohjausta siihen, miten voisi toimia tilanteessa toisin. (Kanninen & Sigfrids 2014, 84–86.)

Viimeisessä viidennessä askeleessa tuetaan lasta rajoja asettamalla ja auttamalla lasta löytämään vaihtoehtoisia ratkaisuja ristiriitatilanteissa. Aikuisen on tärkeä välittää lapselle kokemus siitä, että tunteet eivät ole ongelma, vaan se minkälaisen käyttäytymisen lapsi tilanteessa valitsee. Aikuisen tulee muistaa, että hän ei ryntää liian nopeasti ratkaisuihin tai jätä tarjoamatta lapselle mahdollisuutta pohtia erilaisia toimintatapoja. Tällöin lapsi saattaa jäädä avuttomuuden valtaan ja jäädä toistamaan aiemmin oppimiaan haitallisia keinoja. (Kanninen & Sigfrids 2012, 86–87.)

Päivähoitoon on kehitetty myös muita koko ryhmälle suunnattuja sosiaalisten, sosio-kognitiivisten ja tunnetaitojen harjoitteluun liittyviä ohjelmia, joissa huomioidaan ryhmän yhteisöllisyys. Suomesta löytyvät muun muassa Askeleittain, KivaKoulu, Tun-

nemuku ja Mututoukka sekä Bright Start- kognitiivisten taitojen opetusmenetelmä. Kirjallisuus aiheeseen liittyen kasvaa koko ajan. Kun varhaiskasvatuksen ammattilaiset tiedostavat sosiaalisten taitojen merkityksen, on niihin ohjaaminen systemaattisempaa silloin, kun varhaiskasvattajalla on käytössään konkreettisia materiaaleja, etenemisen periaatteita ja toiminnallisia työskentelytapoja. (Poikkeus 2013, 100.)

Tarkoituksena on, että vähintään kerran viikossa ryhmässä käsitellään tavoitteellisesti ja ennalta suunnitellusti sosiaalisia taitoja. Päivittäin nimetään tunteita sekä säätelytaitoja ja ongelmanratkaisua harjoitellaan arjessa. Ryhmä muodostuu yhteisöksi, johon lapset haluavat tulla ja he iloitsevat toistensa seurasta. Kukaan lapsi ei joudu ryhmässään pitkäaikaisen torjunnan kohteeksi ja kiusatuksi. Lapselle tuntee itsensä arvostetuksi ryhmän jäseneksi ja aktiiviseksi sosiaalisesti toimijaksi. (Poikkeus 2013, 100.)

## **6 Tutkimuksia vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen hyvinvointiin**

Strazdins, Korda, Lim, Broom ja D'Souza (2004) ovat tutkineet vanhempien työaikojen vaikutusta lasten hyvinvointiin Kanadassa. Otanta oli 4433 perhettä, joissa molemmat vanhemmat käyvät töissä. Perheiden lapset olivat 2-11-vuotiaita ja heitä oli yhteensä 6361. Tutkimuksessa verrattiin perheitä, joissa vanhemmat työskentelivät normaaliaikoihin, perheisiin, joissa yksi tai molemmat vanhemmat kävivät vuorotyössä. Tutkimus oli yksi ensimmäisistä, joissa tutkittiin vuorotyön vaikutusta lapsiin, eikä pelkästään työtä tekeviin aikuisiin. (Strazdins ym. 2004, 1517–1518.)

Vanhempien vuorotyö vaikuttaa perheen yhteiseen aikaan ja kaikkiin sosiaalisiin suhteisiin. Vuorotyö sekoittaa arjen rutiinit ja menot ja etenkin ilta- ja yötyö on stressaavaa. Vuorotyöläisen stressi vaikuttaa myös perheeseen ja lapsiin. Niin pitkittäis- kuin poikittaistutkimukset osoittavat myös sen, että vuorotyöläisillä on suurempi riski avioeroon. Vuorotyöläisillä on vähemmän aikaa lapsille ja se vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Kanadassa käytettiin hyvin paljon perheen



ja sukulaisten apua järjestettäessä pienten lasten hoitoa, koska päivähoitoa oli hyvin vähän tarjolla virka-ajan jälkeen ja viikonloppuisin. (Strazdins ym. 2004, 1518–1519.)

Tutkimuksen mukaan 14%:lla vuorotyössä olevien vanhempien lapsista oli vähintään yksi emotionaalinen tai käyttäytymiseen liittyvä vaikeus. 2–3-vuotiailla lapsilla vaikeuksia oli enemmän kuin vanhemmilla lapsilla. Lapset olivat levottomia, fyysisesti aggressiivisia ja heillä oli eroahdistusta. 4–11-vuotiailla lapsilla oli myös levottomuutta, fyysistä aggressiivisuutta, käytöshäiriöitä ja pettymysten siedon vaikeuksia. (Strazdins ym. 2004, 1521–1522.)

Wen-Jui Han (2004) puolestaan tutki alle 3-vuotiaiden lasten hoitojärjestelyitä Yhdysvalloissa, kun äiti oli vuorotyössä. Otanta oli noin 1100 äitiä. Pääsääntöisesti tutkimuksen mukaan äidit lähtivät vuorotöihin, jos isä jäi hoitamaan lasta kotiin. Jos ainoa vaihtoehto oli päiväkotia, äidit menivät töihin, joissa työskennellään virka-aikana. Vuorotyötä tekevät yksinhuoltajaäidit puolestaan luottivat hoidossa sukulaisapuun, koska heillä ei ollut myöskään varaa päivähoitoon. Toisin sanoen, kaikki vähemmän koulutetut äidit työskentelivät huonommin palkatussa vuorotyössä, jolloin heidän lastensa hoidosta huolehtivat isät ja sukulaiset. (Han 2004, 231, 234, 251.)

Hiukan vanhempina lapset vietiin useammin päivähoitoon, koska se valmistaa myös tulevaa koulu-uraa varten lasta. Tällöinkin hoitoon menivät lähinnä lapset, joiden äiti työskentelee virka-aikana tai on kotona. Tutkimuksessa todettiin, että päivähoito ryhmähoitomuotona olisi tärkeä lapsille, joilla on mahdollisesti tulevaisuudessa kognitiivisia oppimisvaikeuksia. Päivähoito edustaa myös pysyvyyttä, josta on hyötyä myös sosioemotionaalisissa ongelmissa. (Han 2004, 251.)

Yhdysvaltalaiseen varhaiskasvatukseen liittyvään tutkimukseen verrattuna Suomen varhaiskasvatuspalvelut ja subjektiivinen päivähoito-oikeus ovat huippuluokkaa. Suomessa tukea tarvitsevat vanhemmat saavat hoitoa lapselleen silloin, kun he sitä tarvitsevat, eikä raha ole sitä ratkaisemassa. Yhteiskunta tukee hyvin heikommassa

sosioekonomisessa asemassa olevien perheiden päivähoitojärjestelyä, jotta vanhemmat tai vanhempi pääsevät työskentelemään tai opiskelemaan.

Tuoreiden Perheet 24/7-hankkeen tutkimustulosten perusteella Suomessa on hyvin samankaltaista hoidonjärjestelyä kuin Kanadassa on ollut 2000-luvun alkupuolella (Perheet 24/7- tutkimuksen tuloksia 2014). Suomessa tosin vasta viimeisen vuosikymmenen aikana ovat isät enemmän jääneet kotiin hoitamaan lapsiaan.

Suomessa Hakkarainen (2012) on tutkinut millaisina näyttäytyvät lasten itsesäätelyn pulmat päiväkodin vertaissuhteissa. Samalla hän kartoitti päiväkodin kasvattajien keinoja tukea lapsia vertaissuhteissaan. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat yhden keski-suomalaisen päiväkodin 6-vuotiaiden lasten esikouluryhmä ja sen kasvattajat. Aineiston hän keräsi havainnoimalla lapsia vapaan leikin tilanteissa ja haastattelemalla kolmea ryhmän työntekijää.

Tutkimuksen tuloksissa tuli ilmi, että lapsilla, joilla on vaikeuksia itsesäätelyssä, oli ryhmässä vain muutamalla pysyvä kaverisuhde. Muilla havainnointilapsilla kaveri vaihtui leikkitilanteesta ja päivästä toiseen. Mukaan leikkiin toisten kanssa lapset pyrkivät pääsääntöisesti neuvottelemalla eli kysymällä lupaa. Ystävyyssuhteista ei kuitenkaan kenenkään kohdalla voinut puhua. (Hakkarainen 2012, 77–78.)

Päätuloksena selvisi, että vertaissuhteiden pulmat olivat itsesäätelyvaikeuksista kärsivien lasten kohdalla näkyviä. Itsesäätelytaidoilla on siis yhteys lasten vertaissuhteisiin. Kohdelapsilla oli havainnointien mukaan enemmän vaikeuksia liittyä ryhmään ja tarvitsivat enemmän aikuisen tukea siihen. Tyypillisimpiä pulmia vertaissuhteissa olivat torjuminen, syrjäänvetäytyminen, yksinäisyys ja kiusaaminen. Torjutuimpia lapsia ovat yleensä ne, joilla on vaikeuksia itsehillinnässä. Tärkeänä huomion liittyen itsesäätelyn vaikeuksiin oli myös se, että vaikeuksia oli huomattavasti enemmän pojilla kuin tytöillä. (Hakkarainen 2012, 78, 79, 81.)

Hakkarainen (2012) toteaa, että itsesäätelyn pulmat vaikuttavat toverisuhteisiin merkittävästi. Tällöin siis on olennaisen tärkeää tukea myös itsesäätelytaitojen kehity-

tymistä. Kyseisessä ryhmässä käytössä oli monia eri keinoja. Toiminnan ohjauksen ja käyttäytymisen säätelyn tukeminen näkyi ympäristöärsykkeiden vähentämisenä ja toiminnan suunnitteluna, kuten ennakointina, selkeinä rutiineina, siirtymätilanteiden porrastuksena ja toistoina. Tunteista keskusteltiin myös lasten kanssa. (Hakkarainen 2012, 81–82.)

Vertaissuhteiden tukemiseen tutkimusryhmässä käytettiin suoria ja epäsuoria menetelmiä. Suoran tuen keinoja olivat tekemisen keksiminen lapselle ja sosiaalisen pätevyyden tukeminen. Hakkarainen (2012) kritisoi sitä, että usein työntekijät keksivät lapselle sellaista tekemistä mihin ei tarvita toista lasta, niin miten lapsi voi oppia toimimaan toisten kanssa. Sosiaalista pätevyyttä tuettiin keskustellen, draaman avulla, palautetta antamalla, visualisoinnilla ja aikuisen tuella. Epäsuoran tuen keinoja olivat rauhalliset tilat, pienryhmätoiminta sekä lasten taustatietojen ja kiinnostuksen kohteiden selvittäminen. Vertaissuhteiden tukemista päivähoidossa estivät kiire sekä tekemisen paljouden että vapaan leikin ajankohdan vuoksi, aikuisten muut työtehtävät, toimintatilojen hajanaisuus ja aikuisten lukumäärä. (Hakkarainen 2012, 82–84.)

Hakkaraisen (2012) tutkimuksen johtopäätöksinä oli, että kasvattajien tulisi tiedostaa lapsihavainnoinnin tärkeys lapsen tuen tarpeen huomaamisessa. Näin vertaissuhteissa olevat pulmat saataisiin ajoissa näkyville ennen kuin niistä on pysyvää haittaa lapselle. Jatkossa haasteena työntekijöille on, että miten kasvattajat olisivat useammin itse mukana leikkiutilanteissa tukemassa lasta ja hänen kaverisuhteidensa muodostumista.

Heikintalon ja Viiasen (2010) tutkimus tarjosi puolestaan tietoa 5-vuotiaiden lasten sosiaalisista taidoista ja itsesäätelytaidoista vanhempien ja päivähoidon henkilöstön arvioimana. Tutkimus oli osa Tomera-hanketta. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vanhemmat kantavat enemmän huolta lapsensa käyttäytymisestä ja käyttäytymisen ongelmista kuin päivähoidon henkilöstö. Vanhempien mukaan lasten sosiaaliset taidot olivat hyvät, mutta ongelmakäyttäytymistä ja itsesäätelytaitojen ongelmia he arvioivat esiintyvän merkittävästi enemmän kuin päivähoidon henkilöstö. (Heikintalo & Viianen 2010, 77–78.)

## 7 Tutkimuksen toteuttaminen

Luvussa 7 käsittelen tarkoitusta ja tavoitteita. Kerron tarkemmin myös tutkimusmenetelmästäni puolistrukturoidusta teemahaastattelusta ja esittelen tutkimuksen kohderyhmän sekä sen, miten aineiston keruu tapahtui. Lopuksi kerron aineiston analysoinnista ja käyttämästäni aineistolähtöisen sisällönanalyysin menetelmästä.

### 7.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet

Tutkimukseni tavoitteena oli selvittää työntekijöiden käsityksiä vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen itsesäätelyn kehitykseen. Samalla kokosin keinoja itsesäätelyn kehityksen tukemiseen, joita on mahdollista käyttää vuoropäivähoidon epäsäännöllisessä ympäristössä.

**Opinnäytetyöni tutkimuskysymyksenä oli, että vaikuttaako vuoropäivähoito työntekijöiden käsityksen mukaan lapsen itsesäätelyn kehitykseen. Lisäksi tarkoituksena oli koota keinoja, joilla itsesäätelyn kehitystä voidaan tukea vuoropäivähoidossa.** Opinnäytetyöni toteutin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja aineisto kerätään luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Laadullisen tutkimuksen tekemisessä suositaan metodeja, joissa tutkittavien näkökulmat pääsevät esille. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2014, 164.) Tämän vuoksi valitsin tutkimusmenetelmäkseni teemahaastattelun.

### 7.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusmenetelmäni oli puolistrukturoitu teemahaastattelu. Haastattelun tavoitteena on selvittää, mitä haastateltavalla on mielessään. Haastattelu on eräänlaista keskustelua, joka on kuitenkin tutkijajohtoista. Haastattelulle on tyypillistä, että se on ennalta suunniteltua, haastattelijan ohjaamaa ja luottamuksellista. (Eskola & Suoran-

ta 2001, 85.) Haastattelu on joustavaa, jolloin haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä ja käydä keskustelua tiedonantajan kanssa. Kysymykset voidaan esittää siinä järjestyksessä kuin tutkija katsoo aiheelliseksi. Haastattelun heikkoutena on aika. Se on hyvin paljon aikaavievä aineistonkeruumuoto. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 73–74.)

Aiheeni puolesta aineiston tiedonkeruumenetelmäksi sopi parhaiten puolistrukturoitu teemahaastattelu. Teemahaastattelussa on etukäteen valitut teemat, joiden perusteella haastattelussa edetään (Tuomi & Sarajärvi 2013, 75). Haastattelijan tehtävä on varmistaa, että kaikki teema-alueet käydään läpi, vaikka niiden laajuus ja järjestys vaihtelisikin. Puolistrukturoidussa teemahaastattelussa kysymykset ja niiden muotoilu ovat kuitenkin kaikille samat ja haastateltava saa vastata niihin omin sanoin (Eskola & Suoranta 2001, 86).

Haastattelukysymykset tulivat minulle Perheet 24/7-tutkimushankkeelta. Kysymykset oli koottu jo aiemmin hankkeen asiantuntijoiden kesken ja samaa haastattelulomaketta käytettiin muidenkin hankkeeseen liittyvien tutkimusten yhteydessä. Minun osaltani vain osa kysymyksistä oli tutkimukseeni sopivia ja niiden perusteella en olisi saanut riittävän suorasti vastauksia tutkimuskysymyksiini. Tämän vuoksi omaan kysymyslomakkeeseeni tuli lisäyksenä teemaosio liittyen itsesäätelyyn. Viisi itsesäätelyyn liittyvää kysymystä sovitettiin muihin kysymyksiin sopivaan väliin yhdessä ohjaavan opettajani kanssa.

Omaan tutkimukseeni liittyen hyödynsin pääteemoista itsesäätelyn lisäksi vuorohoitoyksikön toimintaperiaatteita ja pedagogiikkaa, lapsen turvallisuuden ja jatkuvuuden kokemuksen tukemista sekä osittain myös kiintymyssuhteen tukemista. Tein kuitenkin haastattelut kokonaisuudessaan, koska myös muut voisivat hyödyntää tutkimuksissaan minun tekemiäni haastatteluita.

## 7.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimukseni kohderyhmä muodostui Perheet 24/7-tutkimushankkeeseen osallistuvan vuoropäiväkodin henkilöstöstä, joka oli minulle maantieteellisesti läheisin. Olin sähköpostitse yhteydessä päiväkodin johtajaan alkuvuodesta 2014 ja sovimme, että toteutan haastattelut kahtena päivänä helmikuussa 2014. Tarkoituksena oli haastatella koko päiväkodin henkilöstö, jotta he saisivat tutkimuksesta myös itselleen tietoa aiheesta ja mahdollisesti löytäisivät sen perusteella kehittämiskohteita työhönsä ja tarvittaessa aiheita koulutuksiin.

Ensimmäiset viisi teemahaastattelua toteutin 19.2.2014 ja toiset viisi 25.2.2014. Eteläsuomalainen vuoropäiväkot, jossa suoritin haastattelut on 35-paikkainen yksikkö. Kyseinen vuoropäiväkot on kuitenkin ainoa yksikkö koko kaupungissa, joka tarjoaa ympärivuorokautista päivähoitoa. Haastattelin yhteensä kymmentä päiväkodin työntekijää. Vain yksi työntekijä jäi aikataulusyistä haastattelujen ulkopuolelle. Kaikilla haastatelluilla oli pitkä kokemus päivähoidosta ja suurimmalla osalla pitkä kokemus myös vuoropäivähoidosta.

Haastattelin viittä päivähoitajaa (ph), neljää lastentarhanopettajaa (lto), joista yksi toimi kyseisellä hetkellä päiväkodin johtajan viransijaisena, mutta vastasi kysymyksiin ryhmässä toimimisen näkökulmasta sekä yhtä perhepäivähoitajaa. Perhepäivähoitajan rinnastan vastauksissa päivähoitajaksi, jotta myös hänen luottamuksellisuutensa säilyisi, eikä häntä tulisi tunnistamaan. Myös haastateltavien numerointi on eri järjestyksessä kuin haastattelujärjestys oli. Tuomen ja Sarajärven (2013) mukaan tutkimustietojen on oltava luottamuksellisia ja kaikkien osallistujien on jätävä nimettömiksi (Tuomi & Sarajärvi 2013, 131).

Tutkijan on myös selvitettävä osallistujille tutkimuksen tavoitteet, menetelmät ja mahdolliset riskit ennen tutkimukseen osallistumista. Osallistujien tulee olla vapaaehtoisesti mukana tutkimuksessa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 131.) Näin ollen kerroin jokaiselle haastateltavalle hankkeesta ja annoin esitteen.

Päiväkodin johtajan kanssa olimme laskeneet, että jokaiseen haastatteluun menisi noin 30 minuuttia. Pääsääntöisesti haastattelut kuitenkin kestivät 40–50 minuuttia. Vain kaksi haastattelua jäi alle 30 minuutin mittaisiksi ja kaksi kestivät yli 50 minuuttia. Osa haastateltavista vastasi hyvin monisanaisesti ja tilanteita kuvaten, joten siksi haastatteluajat venyivät suunnitellusta. Kaikki kerrotut asiat olivat kuitenkin teema-haastattelun näkökulmasta tärkeitä.

Haastattelut suoritin rauhallisessa huoneessa päiväkodilla yhtä lukuun ottamatta, jonka suoritin toisessa päiväkodissa rauhallisessa toimistohuoneessa. Kaikki työntekijät tulivat työn lomasta haastateltaviksi. Haastattelut äänitin sanelulaitteella, joka oli minulla lainassa. Äänityksen jälkeen siirsin äänitiedostot tietokoneelleni ja tyhjensin laitteen muistin ennen palautusta. Äänitys onnistui teknisesti hyvin.

## 7.4 Aineiston analyysi

Haastatteluista kertyi yhteensä seitsemän tuntia äänimateriaalia. Materiaalin siirrettyäni tietokoneelle aloitin litteroinnin. Itse litteroin haastatteluista viisi ja viisi muuta litteroi hankkeen oma litteroiija. Litterointi voidaan myös tehdä aineistosta valikoiden omien teema-alueiden pohjalta, mutta tässä tapauksessa, koska haastattelut lähtivät myös muuhun käyttöön, haastattelut litteroitiin kokonaan (Hirsjärvi ym. 2014, 222). Vain ainoastaan joitain täytesanoja jätettiin pois, koska niillä ei ollut merkitystä aineiston kannalta (Ruusuvuori 2010, 425).

Litteroituna aineistoa kertyi yhteensä 148 sivua. Litterointi on hyvä tapa tutustua aineistoon, siksi koin, että vaikka litterointi oli aikaa vievää, niin hyödyn siitä, että litteroin itse puolet aineistostani (Ruusuvuori 2010, 275). Kävin litteroituja haastatteluja läpi useampaan kertaan etsien vastaavuuksia omiin tutkimuskysymyksiini. Luonnollisesti tutkin omaa itsesäätelyn teema-alueettani tarkemmin, mutta etsin täydennyksiä muiltakin teema-alueilta. Loppujen lopuksi aineistoa useampaan kertaan käytyäni läpi ja ylliviivattuani tärkeitä asioita, tutkimukseeni liittyvät asiat nousivat melko helposti esille.

Aineiston analyysin tarkoitus on tuoda esille sanallinen ja selkeä kuvaus tutkittavasta aineistosta sekä järjestää aineisto tiiviiseen muotoon kadottamatta sen sisältämää tietoa. Analyysin perusteella voidaan tehdä luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisessa aineistossa analyysia tehdään koko tutkimuksen ajan sen jokaisessa vaiheessa. Oman aineistoni olen analysoinut teoriaohjaavalla sisällönanalyysillä, jossa teoria on ollut apuna analyysin teossa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 108.)

Milesin ja Hubermanin (1994) aineistolähtöinen laadullisen aineiston sisällönanalyysi sopi parhaiten oman aineistoni analysointiin, vaikka malli ei ollutkaan tarkoitettu teoriaohjaavaksi. Prosessi on karkeasti esitettynä kolmivaiheinen: ensimmäisenä aineiston redusointi eli pelkistäminen, toisena aineiston klusterointi eli ryhmittely ja kolmantena abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Ero teoriaohjaavan analyysin ja aineistolähtöisen analyysin välillä tulee esiin abstrahoinnissa. Teoriaohjaavassa analyysissä teorian ovat jo valmiina, kun taas aineistolähtöisessä käsitteet luodaan sisällöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 108–109, 117.) Koska kyseessä oli laaja teemahaastattelu ja oma teema-alueeni oli varsin pieni, niin nostin muiden teemojen vastauksista esiin nousseita asioita oman teemaosioni tueksi analysoinnin yhteydessä.

Ensimmäisessä vaiheessa pelkistin tekstiä. Pelkistämisen punaisena lankana toimivat tutkimustehtäväni. Yliviivasin tutkimukselleni tärkeitä sanoja ja sanontoja erivärisillä kynillä. Yliviivatut asiat ja sanonnat listasin peräkkäin erilliselle paperille pelkistetyssä muodossaan. Toisessa vaiheessa klusteroin eli ryhmittelin sanoja ja sanontoja samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien perusteella. Kuten Tuomi ja Sarajärvi (2013) opastavat, niin yhdistin samaa tarkoittavat käsitteet ryhmiksi ja yhdistin ne luokiksi. Koko ajan pidin taustalla mielessäni tutkimukseni teoriapohjan. Lopulta nimesin luokan sen sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Luokittelussa aineisto tiivistyy, koska yksittäiset asiat sisällytetään yleisimpiin käsitteisiin. Viimeisessä vaiheessa eli abstrahoinnissa käsitteellistin olennaisen tiedon teoreettisiksi käsitteiksi ja tässä tapauksessa rinnastin saadun aineiston jo valmiina oleviin teoreettisiin käsitteisiin. Omassa tutkimuksessani käsitteellistämistä ei tarvinnut jatkaa useaan kertaan, koska aineisto oli



sen verran suppea, että käsitteet nousivat nopeasti esille. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 109–111.) Liitteenä 3. on analyysimalli lapsen itsesäätelyn tukemisesta.

## **8 Tulokset ja johtopäätökset**

Selvitin tutkimuksellani vuoropäivähoidon vaikutusta lapsen itsesäätelyn kehitykseen työntekijöiden näkökulmasta sekä kartoitin keinoja, joilla lapsen itsesäätelyä voidaan tukea vuoropäivähoidossa. Tulokset olen jakanut asiakokonaisuuksiin, jotka ovat työntekijöiden näkemykset ja kokemukset vuoropäivähoidosta, lapsen itsesäätelyn määrittely, vaikeudet lapsen itsesäätelyssä vuoropäivähoidossa, itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoidossa ja yhteistyö vanhempien kanssa, kun lapsella on vaikeuksia itsesäätelyssä.

### **8.1 Työntekijöiden kokemukset ja näkemykset vuoropäivähoidosta**

Ensimmäisenä halusin tuoda esille vuorohoitoyksikön työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia vuoropäivähoidosta pienten lasten hoitomuotona, koska mielestäni se antaa pohjan heidän muille vastauksilleen liittyen vuorohoitoon ja itsesäätelyyn.

Vuoropäivähoidon hyvinä puolina suurin osa haastatelluista näki hoitopaikan kodinomaisuuden ja omahoitajajärjestelmän muun muassa siinä vaiheessa, kun pieni lapsi aloittaa vuorohoidon. Tällöin omahoitajalle pyritään mahdollistamaan työvuorot sen mukaan, miten lapsikin on hoidossa, jotta lapselle muodostuisi turvallinen suhde alusta lähtien edes yhteen hoitajaan. Tosin, haastateltavat totesivat työvuorojen järjestelyn olevan välillä vaikeaa juuri lapsen hoitoaikojen mukaisesti. Vastauksissa tuli esille, että omahoitajalle varataan paljon aikaa hoidon aloittavan lapsen ja hänen vanhempiansa perehdyttämiselle. Hoitajat kehuivat, että lapset sopeutuvat usein yllättävän hyvin uusiin tilanteisiin, kuten hoidon aloittamiseen.

Vuoropäivähoidon huonoina puolina työntekijät näkivät niin henkilökunnan kuin hoitokavereidenkin jatkuvan vaihtumisen sekä epäsäännöllisen rytmin, jossa lapset elävät. Osa piti vuoropäivähoitoa myös liian raskaana hoitomuotona alle 3-vuotiaille, mutta he ymmärsivät myös, että se saattaa olla perheelle ainoa vaihtoehto, jos molemmat tekevät vuorotyötä.

*Onhan se joiltain osin haastavaakin, kun ajattelee ihan pieniä lapsia, niin tota meillä kaverit vaihtuu koko ajan ympärillä samaten kuin henkilökuntakin, kun pyöritään vuoroissa. Ja sitten semmosen säännöllisen rytmin löytäminen, niin onhan siinä omat haasteensa. Mutta se mikä vuosi vuodelta yllättää, niin ihmeen hyvin niin kun lapset siihen näyttää sopeutuvan. (Lto4)*

**Johtopäätökseni** haastatteluiden perusteella on, että hoitomuodon raskaudesta huolimatta työntekijät ymmärtävät, että joillekin perheille ei ole muita vaihtoehtoja, kuin käyttää vuorohoitoa saadakseen lapsen hoidon järjestymään. Työntekijöiden mielestä suurin haaste kuitenkin on henkilökunnan ja hoitokavereiden vaihtuvuus, jota myös Kääriäinen (2005) painotti pitkien hoitopäivien lisäksi. Hyvät puolet kulkivat myös Kääriäisen (2005) kanssa samassa linjassa: vuorohoitoyksikössä on usein kodinomainen ilmapiiri ja ympäristö.

Omahoitajajärjestelmä oli työntekijöille myös tärkeä, etenkin lasten aloittaessa hoidon. Kanninen ja Sigfrids (2012) ovat samaa mieltä, koska etenkin pienet lapset tarvitsevat rinnalleen aikuista, jotta selviävät ensimmäisistä hoitopäivistä ja –viikoista ilman omaa vanhempaansa. Omahoitajan läsnäolo mahdollisimman usein lapsen ollessa hoidossa lisää hänen turvallisuuden tunnettaan, ja hän tietää, että aikuinen on olemassa juuri häntä varten. Yhden vastaajan mukaan omahoitajajärjestelmä toimii vuoropäivähoidossa jopa paremmin kuin päiväpäivähoidossa, mikä onkin lapsille muuten vuoropäivähoidossa tapahtuvien suurten vaihteluiden kannalta hyvä asia.

Työntekijät näkevät vuoropäivähoidon ja lapsen epäsäännöllisen elämänrytmin aiheuttavan lapselle **suurta vaihtuvuutta ympäristössä ja sen myötä lisääntyvää turvattomuutta**. Turvattomuus vaikuttaa lapsen sosio-emotionaaliseen hyvinvointiin nega-

tiivisesti. Tukeakseen lasta vuoropäivähoidon aikana on jokaiselle lapselle **omahoitaja**, joka myös perehdyttää niin lapsen kuin perheenkin vuoropäivähoitoyksikköön. Lapselle pyritään luomaan mahdollisuus **turvalliseen kiintymyssuhteeseen** myös hoitopäivän aikana, jotta turvattomuuden tunne vähenisi.

## 8.2 Itsesäätely-käsitteen merkitys työntekijöille

Jotta sain riittävän selkeän kuvan siitä, mitä itsesäätely tarkoittaa haastatelluille, kysyin heiltä, mitä se on heidän mielestään. Tarkoitus oli myös lyhyesti määritellä itsesäätely työntekijöille, jos käsite olisi heille aivan vieras. Näin varmistin sen, että puhumme samasta käsitteestä.

Itsesäätelylle löytyi hyvin monenlaisia määrittelyitä, mutta suurin osa kulki kuitenkin samaa linjaa. Vastaukset jakaantuivat kahteen osa-alueeseen: tunteiden ja toiminnan säätely ja omatoiminnan ohjaus. Tunteiden ja toiminnan hallinnan ja säätelyn osalta haastateltujen mielestä erityisesti esiin nousivat keskittyminen ja itsehillintä erilaisissa tilanteissa. Myös tunteiden hallinta yleensä ja niiden esiin tuominen koettiin tärkeäksi osaksi itsesäätelyä.

*Että lapsi oppis tosiaan sen itse, ettei aikuisen tarvitse sitä sanoa, että sä et voi lyödä toista, että toista sattuu ja ei saa lyödä. Vaan se, että hän oppis itte selvittämään sen tyyppiset tilanteet jollain muulla tavalla kuin lyömisellä. (Ph 5)*

Omatoiminnan ohjauksen osalta muun muassa ryhmässä toimiminen, sääntöjen noudattaminen ja vuoron odottaminen olivat haastateltujen mielestä osa itsesäätelyä. Yksi työntekijöistä kiteytti tämän kaiken samaan.

*Että oppii pikkuhiljaa istumaan paikallaan ja odottaa vuoroansa ja puhua rauhallisesti huutamatta asioita silloin kun haluaa asian tuoda julki. (Ph6)*

Itsesäätelyn määrittelyn kohdalla yksi pienten taaperoiden kanssa työskentelevistä työntekijöistä myös mietti, että onko kehon muukin säätely jo itsesäätelyä, kuten tilanteet, joissa opetellaan olemaan ilman vaippaa. Keskustelimme, että toki sekin on itsensä säätelyä, mutta haastattelussa painotan enemmän toiminnan ja tunteiden säätelyä.

Kaiken kaikkiaan **johtopäätökseni** on, että itsesäätelystä oli jokaisella työntekijällä mielessään jonkinlainen määritelmä. Toisten määritelmä oli tarkempi, toiset vielä pohtivat mitä kaikkea se voisi käsittää. Kuten Arokin (2013) totesi, niin **itsesäätelyä on vaikea määrittää hyvin yksiselitteisesti**. Kuten haastatteluissakin tuli esille, niin määrittelyyn vaikutti haastateltavan oma viitekehys, ja siksi jokainen tulkitsti itsesäätelyn eri tavoin, ja tulkinnessa näkyi se, että työskenteleekö pääsääntöisesti 1–3-vuotiaiden taaperoiden kanssa vai jo isompien lasten kanssa.

Aron (2013) mukaan itsesäätelyssä on kyse ihmisen kyvystä säädellä tunteitaan, käyttäytymistään ja kognitiivisia toimintojaan, samoin kuin haastatellutkin ajattelivat pääsääntöisesti. Tunteiden säätelyyn liittyy tiiviisti myös kyky ymmärtää ja hyväksyä omat tunnekokemukset. Kun tunteiden säätely onnistuu, niin vuorovaikutus toisten samassa ympäristössä toimivien kanssa on helpompaa. (Aro 2013.) **Itsesäätely on siis niin käyttäytymisen, tunteiden kuin toiminnankin säätelyä.**

### 8.3 Itsesäätelyn vaikeudet vuoropäivähoidossa

Jo haastattelujen aikana huomasin, että sen lisäksi, että kysyin omassa itsesäätelyn teemaosiossani itsesäätelyn vaikeuksista lapsilla, vastauksia kysymykseen tuli esille jo muissakin teema-alueissa. Tiedustellessani vuoropäivähoidon pedagogista haastavuutta ja vuoropäivähoidon vaikutuksia lapsen turvallisuuden tunteeseen ja lapsen sosioemotionaaliseen hyvinvointiin, sain myös vastauksia siihen millaisia itsesäätelyn vaikeuksia lapsilla on ja millaisissa tilanteissa ne tulevat esiin.

Analysoin jokaisen kysymysosion erikseen. Ensimmäisessä osiossa kerron työntekijöiden mielipiteitä vuoropäivähoidon pedagogisesta haastavuudesta, toisessa osiossa miten vuoropäivähoito vaikuttaa lapsen turvallisuuden tunteeseen ja sosioemotionaaliseen hyvinvointiin sekä mikä siinä työntekijöitä huolestuttaa ja kolmannessa osiossa työntekijöiden havaitsemia itsesäätelyn vaikeuksia ja minkälaisissa tilanteissa ne tulevat esiin.

### 8.3.1 Vuoropäivähoidon pedagogiset haasteet

Vuoropäivähoidon pedagogisissa haasteissa tuli esille paljon asioita, jotka saattavat heijastaa myös lapsen vaikeuksiin säädellä itseään päivähoidossa. Haastateltujen työntekijöiden mukaan pedagogisia haasteita saivat aikaan lasten vaihtuminen ryhmässä päivittäin ja sen myötä ryhmäytymisen haastavuus ja se, että pitkäkestoisia projekteja oli vaikea toteuttaa lasten kanssa.

*No ainakin vaihtuvan lapsiryhmän, tavallaan että se tuo sitä semmosta epävarmuutta sitten ja ei kovin pitkäkestoisia suunnitelmia pysty tekemään sitten.(Lto3)*

Haastavana koettiin myös yksilöllisyyden huomioiminen. Lapsi tulisi pystyä ottamaan huomioon yksilönä. Työntekijöiden mukaan tulisi nähdä tilanne mistä lapsi tulee, lapsen perhetilanne ja lapsen yksilölliset ominaisuudet. Etenkin kyseisenä toimintakautena oli ollut paljon lapsia, jotka tarvitsivat yksilöllistä huomiointia. Erityisen tuen tarve oli erityisen suurta ja lapset haasteellisia. Tämä kaikki vaati henkilökunnalta paljon.

*Mikä sen lapsen tarve on. Että yksilöllistää se lapsi, mikä on kenelläkin, voi olla erilaisia tarpeita, missä se lapsi tarvii tukea ja apua. Ja myös meidän tehtävä on antaa niitä virikkeitä ja riippuen siitä lapsen iästä. Et mitä kukin tarvii. (Ph4)*

Myös tiedonkulku työntekijöiden kesken koettiin pedagogisena haasteena. Oli vaikeaa tulla vapaiden jälkeen töihin, kun ei tiennyt missä kenenkin lapsen kohdalla mennään.

*Se et pysyis sen lapsen asioista kärryillä ja tilanteet muuttuu niin hirveen nopeeta sit joittenkin kohalla. Tulee uusia asioita. (Ph1)*

Lasten asioita kirjattiin toki raporttivihkoon, mutta se vaati aina aikaa käydä lukemassa kaikkien lasten asiat. Tapoja tiedonkulussa pidettiin hyvinä, mutta niiden toivuus ei ollut kuitenkaan hyvää. Tiimitapaamiset ja työillat eivät olleet työntekijöiden mielestä ajallisesti riittäviä, jotta ehditsi puhumaan myös lasten asioista oman tiimin kesken. Moni koki, että yhteisistä asioista sopiminen oli vaikeaa ja yhteisiä tavoitteita ja linjoja ei ollut riittävän selkeästi käyty läpi yhdessä kaikkien kanssa.

*No on, tärkeää on kyllä, että ihan tämä käytännön toimiminen tiimissä on tärkeää, mutta myös ois tärkeää keritä juttelemaan yhdessä ja käydä niitä lasten asioita läpi ja tätä käytäntöäkin välillä läpi. (Lto2)*

*Että tota kaikilla olis jotenkin niin kun selvänä se, että toiminta-ajatus, mitkä on meidän tavoitteet ja mitkä on meille tärkeitä, mikä on meidän tän toimintakauden vaikka perus niin kun semmonen ajatus. Jokainen ottais siitä vastuun. (Lto4)*

Pedagogisena haasteena koettiin myös lasten levottomuus. Itse pedagogisen työn toteuttaminen oli haastavaa, kun lapset olivat levottomia, eivätkä malttaneet keskittyä työskentelyyn.

### 8.3.2 Vuoropäivähoidon vaikutukset lapsen turvallisuuden tunteeseen ja emotionaaliseen hyvinvointiin

Kun kysyin haastateltavilta heidän kokemustaan siitä, miten vuoropäivähoito vaikuttaa lapsen turvallisuuden tunteeseen ja lapsen emotionaaliseen hyvinvointiin, sain valtavan määrän erilaisia vastauksia, joista yksikään ei ollut positiivinen. Kaikki asiat

olivat jollakin lailla heitä huolestuttavia, jota kysyin seuraavassa kysymyksessä. Olen yhdistänyt näiden kysymysten vastaukset, koska ne olivat niin samankaltaisia.

Melkein kaikki vastasivat, että levottomuus on erittäin huolestuttavaa. Osalla työntekijöistä oli vertauskohtana aiempi työ päiväpäivähoidon puolelta, ja he totesivatkin, että levoton käytös on huomattavasti yleisempää vuoropäivähoidossa. Levottomuuden lisäksi muu haasteellinen käytös, kuten keskittymättömyys ja aggressiivisuus, nousivat esille haasteina.

Työntekijät olivat huolissaan myös lasten jaksamisesta, kun otettiin huomioon epä-säännöllisen päivärytmi, pitkät hoitoajat, vähäinen aika omien vanhempien kanssa ja turvattomuus. Turvattomuuteen liittyen nousi esille muun muassa se, että lasta saattoi hakea monena päivänä eri hakija. Lapsilla saattoi olla kaksi kotia, jolloin hakija vaihteli luonnostaan tai sitten yksinhuoltajavanhemman puolesta välillä saattoi hakea ystävä, isovanhempi tai uusi kumppani. Turvattomuudesta kertoi myös lasten epävarmuus tulevasta; he varmistelivat usein mitä seuraavaksi tapahtuu.

*Ja justiin se vanhempien, niin kun haastavat työajat, että sitten lapset monesti lähtee täältä johonkin, ne ei meekään kotiin. On sitä kaikkea touhua, niin paljon ja menemistä, niin kyl se vaikuttaa tosi paljon. Lapsille on tärkeää, että on ennustettavuus, mitä tulee tapahtuun ja sillai, niin eihän näillä lapsilla monellakaan oo, eihän ne tiedä mikä aika vuorokaudesta on menossa.(Ph2)*

Sen lisäksi, että lapsilla oli epävarmuutta ja turvattomuutta liittyen aikaan vuoropäivähoidon ulkopuolella, niin työntekijät olivat huolissaan myös siitä, että päiväkodisakin vaihtuivat ympärillä olevat aikuiset ja lapset koko ajan. Toki keinoja oli pyritty kehittämään monenlaisia, jotta vuoropäivähoidossa olisi lapsen turvallista olla oma itsensä.

### 8.3.3 Arjessa näkyvät itsesäätelyn vaikeudet

Itsesäätelyn vaikeuksista kysyessäni, olivat haastateltavien vastaukset paljon samankaltaisia. Selkeästi esille nousivat toiminnassa näkyvät keskittymättömyys, rajattomuus, rutiinittomuus ja aggressiivisuus. Myös eroahdistus ja impulsiivinen käytös tulivat useammassa kuin yhdessä haastattelussa julki.

Pääsääntöisesti lasten oli vaikea keskittyä mihin tahansa toimintaan; leikkikin oli usein lyhytkestoista ja leikit vaihtelivat tiuhaan.

*Hirveen vaikea keskittyä leikkiin ja tää on ihan pienemmästä isompaan. Leikit on lyhytkestoisia ja mennään... puolesta minuutissa saattaa keksiä kolme leikkiä, en mä leiki tota, eiku tota, eiku tota... (Lto1)*

Lapsilta puuttuivat myös rutiinit ja rajat, jotka toisivat turvallisuuden tunnetta arkeen. Myös päiväkodin rutiineihin oli vaikea sopeutua tai toisaalta jotkut lapset olivat niissä niin kiinni, että niiden rikkominen sai aikaan voimakastakin ärtymystä.

*Siinä täytyy mennä sen saman tavan mukaan aina. Et jos siihen tulee joku poikkeama niin se menee niin, et se häiritsee hänen käyttäytymistään.(Ph4)*

Aggressiivinen käytös tuli esiin jokaisen haastateltavan kohdalla jollain tavalla. Oli tavaroiden heittelyä, tönimistä jonossa, hallitsematonta kielenkäyttöä, lyömistä ja raapimista.

*Meil on ollutkin siitä paljon, että tota vaikka herää joku kiukku, niin mitä mä voin sen kiukun kanssa tehdä. Mä en voi lyödä kaveria tai hajottaa paikkoja. Ihan tavalliset siirtymätilanteet, niin et sieltä tulis vähän vaikka semmosta nurinaa, et mä en just nyt haluu lähtee ulos, mut se että siitä tuleekin niin ku suuri raivari. Ihan siis semmosissa tavallisissa arkisissa asioissa. Niin että lapsi saattaa ihan hikipäässä huutaa.(Lto4)*

Myös omien tunnetilojen tukahduttaminen ja niiden esille tuominen on haastavaa joillakin lapsilla. Joskus tunteet taas purkautuvat hallitsemattomina, ja aikuinen joutuu rajoittamalla turvaamaan lasta itseään ja toisia. Pettymyksen sietokyky on monilla heikko ja pienimmästäkin asiasta väärin toteutettuna seuraa hermostuminen ja kiukku.



*Hermostuu heti pienemmästäkin, kun joku asia ei mene oman halun mukaan tai saapas on vähän vinossa, niin sitä hikeentyy. Näitä on hyvin, hyvin paljon. Lusikka vähän väärinpäin ja muki ei oo just oikeassa kohassa... (Ph6)*

Yksimielisesti kaikki haastateltavat vastasivat itsesäätelyn vaikeuksien tulevan esiin etenkin siirtymätilanteissa. Yksi haastateltavista totesi, että lasten on vaikea pysyä pukemistilanteissa vaatteiden äärellä, vaan silloin lähdetään vaeltamaan ympäriinsä.

*Mutta justiin siirtymätilanteissa ja sellaisissa hetkissä kun pitäisi odottaa, istua hetki paikallaan, että varttuu, että jotain tapahtuu. Semmonen jos on väärä kaveri vieressä ja vähän ärsyttää niin silloin heti kiivasuu. (Ph6)*

Suurin osa oli sitä mieltä, että vaikeudet voivat tulla esiin missä vain ja missä tilanteessa vain. Riita voi tulla tavarasta, leikistä tai odotusvuorosta. Tai voi olla niin, että lapsi ei vain halua tehdä niin kuin aikuinen sanoo, vaan haluaa omaehtoisesti päättää asioista.

*Kun vaikka oltais lähdössä tai vaikka oltais alkamassa syömään, niin sitten ei halutakaan lähteä ulkoa tai haluta lopettaa jotain tai ei vaan minä en halua. Et on vaikee niin kun heidän lähteä ja vaikka huomiois sen että on hitaasti syttyvä niin sitä on silti monella. Tosi vaikee. Ja sit ne hermostuu. (Ph4)*

**Johtopäätökseni** itsesäätelyn vaikeuksista vuoropäivähoidossa haastattelujen perusteella on, että työntekijät ovat kohdanneet niin itsesäätelyn alisäätelyä kuin ylisäätelyäkin työssään. Alisäätely on ilmennyt aggressiivisuutena, impulsiivisuutena ja erilaisina käytösongelmina. Ylisäätely on puolestaan näkynyt tunteiden tukahduttamisena. (Aro 2013.) Ylisäätelyä on ilmennyt kuitenkin työntekijöiden havainnointien mukaan paljon vähemmän kuin alisäätelyä.

Niin Pihlajan (2014) kuin haastateltujenkin mukaan on aggressiivisuus ilmennyt päivähoidossa lyömisenä ja puremisena, mutta myös sanallisessa muodossa. Aggressio

on suuntautunut niin toisiin ihmisiin kuin esineisiinkin. (Pihlaja 2004.) Haastatellut työntekijät eivät tuoneet esiin kuinka paljon lapsen aggressiivinen käytös on vaikuttanut heidän kaverisuhteisiinsa. Hakkaraisen (2012) tutkimuksen mukaan itsesäätelyn vaikeuksista kärsivillä lapsilla oli näkyvästi enemmän ongelmia vertaissuhteissa, kuin taas lapsilla, joilla ei ollut vaikeuksia säädellä itseään. Lasten oli vaikeampi päästä mukaan leikkeihin, eikä pysyviä kaverisuhteita päässyt muodostumaan. Vuoropäivähoidossa vertaissuhteiden muodostumiselle esteenä ovat myös lasten omat yhteensopimattomat hoitoajat. Erona Hakkaraisen tutkimukseen on myös se, että Hakkaraisen havainnoimilla lapsilla ei ollut aggressiivisia piirteitä käytöksessään.

Vuoropäiväkodin lapsilla on ollut motorista levottomuutta ja impulsiivisuutta ja se on näkynyt sinkoiluna paikasta toiseen, vaikeutena pysyä paikallaan ja keskittyä yhteen asiaan kerrallaan. (Aro 2013.) Arjen toimissa on riehuttu siirtymätilanteissa, rikottu ryhmän perussääntöjä tahallisesti, eivätkä itsesäätelyn vaikeuksista kärsivät lapset ole kestäneet ei-sanaa. Lapsi on halunnut määrätä itse ja toimia omaehtoisesti. (Pihlaja 2004.)

Lasten pelokkuus ja ahdistuneisuus eivät kuitenkaan tulleet ilmi haastateltujen vastauksista, vaikka ne ovat myös osa itsesäätelyn vaikeuksia. Voi siis päätellä, että kyseisen päiväkodin lasten itsesäätelyvaikeudet näkyvät enemmän ulospäin suuntautuvina käyttäytymisen vaikeuksina. (Aro 2013.) Kaiken kaikkiaan haastateltujen työntekijöiden havainnot ja kokemukset kertovat hyvin paljon siitä, että vuoropäivähoidossa on nähtävissä päivittäin erilaisia itsesäätelyn vaikeuksia.

Haastattelujen mukaan vuoropäivähoidon pedagogiset haasteet eli yksilöllisen huomioimisen vaikeus, henkilöstön ja kavereiden vaihtuvuus, yhteisten sääntöjen puute, tiedonkulun vaikeudet lasten asioissa ja yleinen levottomuus näkyvät tilanteissa itsesäätelyn vaikeuksien taustalla. Myös emotionaalinen turvattomuus, epäsäännöllinen päivärytmi ja hoitoajat sekä epävarmuus vaikuttavat lapsen jaksamiseen vuoropäivähoidossa. Ne herkistävät lasta itsesäätelyn vaikeuksille. Kaikille näille tilannetekijöille on oma roolinsa, kun arvioidaan itsesäätelytaitoja (Aro 2013).

Kaikki lapsen itsesäätelyn kehityspolut heijastavat jatkuvasti lapsen hoivaympäristön piirteitä ja vuorovaikutussuhteita. Kun lapsen itsesäätelytaitoja lähdetään tukemaan, on muistettava kaikki eri tekijät, jotka siihen vaikuttavat. (Laakso 2013.) Näitä ovat esimerkiksi henkilökunnan yhteiset linjat ja toimintatavat sekä emotionaalinen turvallisuus niin kotona kuin päivähoidossa.

Esimerkiksi Strazdinsin ym. (2004) tutkimuksen mukaan vanhempien vuorotyö sekoittaa arjen rutiinit ja menot. Vuorotyöläisillä on usein vähemmän aikaa lapsille ja tämä vaikuttaa vanhemman ja lapsen väliseen vuorovaikutussuhteeseen. Kanadalainen tutkimus myös tukee sitä puolta, että jo pelkästään perheiden epäsäännöllinen elämänrytmi vuorotyön takia vaikuttaa lapseen emotionaalisesti ja asettaa haasteita käyttäytymiselle. Samoin kuin vuoropäivähoidossakin on havaittu, niin Strazdinsin ym. tutkimus kertoo, että lapsilla on enemmän levottomuutta, fyysistä aggressiivisuutta, käytöshäiriöitä ja vaikeuksia sietää pettymyksiä kuin normaalipäivätyössä käyvien vanhempien lapsilla.

Voidaan sanoa, että työntekijöiden haastatteluiden mukaan itsesäätelyn vaikeuksien **taustalla on ympäristön luomia haasteita**, kuten epäsäännöllinen elämänrytmi ja pysyvyyden puute, jotka **aiheuttavat emotionaalista turvattomuutta**. Nämä **näkyvät konkreettisesti lapsen käytöksessä joko yli- tai alisäätelynä**. Lapsi voi olla epävarma tulevasta, käyttäytyä aggressiivisesti ja levottomasti.

## 8.4 Itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoidossa

Haastatellessani työntekijöitä liittyen itsesäätelyn kehityksen tukemiseen vuoropäivähoidossa, huomasin saman kuin itsesäätelyn vaikeuksienkin kohdalla. Kehityksen tukemisen keinoja tuli esille myös kysymyksissä vuorohoidon pedagogiikasta, turvallisuuden tunteen lisäämisestä ja ryhmän toimintatavoista (kaverisuhteiden rakentuminen- ja voimakkaat tunnetilat- osioissa). Kaverisuhteiden tukeminen on yksi tärkeä osa itsesäätelyn tukemista, niin olen liittänyt myös miten tuet lapsen kaverisuhteita vuorohoitoryhmässä- kysymyksen vastaukset tähän osa-alueeseen.

Olen eritellyt tukemisen keinot kysymysten mukaan. Ensimmäisen osion muodostaa vuoropäivähoidon pedagogiikka, toisen turvallisuuden tunteen lisääminen ja toimintatavat ryhmässä ja kolmannen itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoi-  
dossa.

#### 8.4.1 Vuoropäivähoidon pedagogiikka

Vuoropäivähoidon pedagogiikka luo pohjaa myös sille, miten lapsen itsesäätelyä voidaan tukea vuoropäivähoi-  
dossa. Haastateltavat kertoivat omasta mielestään keskeisiä asioita pedagogiikasta. Vastauksissa näkyi paljon se minkä ikäisten kanssa työntekijä työskentelee. Moni vastaajista koki tärkeänä arjen pedagogiikan; tilanteet, joissa opitaan arjessa toimiessa uusia asioita ja toimintatapoja.

Tärkeinä nähtiin myös yhtenäiset käytännöt koko ryhmässä, turvallisuuden luominen lapselle rauhallisessa ja kiireettömässä ympäristössä sekä yksilöllisyyden tukeminen huomioiden jokaisen lapsen omat tarpeet.

*Et se lapsi kokis et siitä välitetään ja siitä ollaan iloisia ja kiinnostuneita siitä lapsesta, että on turvallinen ja hyvä olo. (Ph4)*

*Samat käytännöt ja yhtenäinen linja, että tuettais sitä lapsen semmosta niin kun turvallista oloa täällä kuitenkin. (Ph1)*

Vuoropäivähoidon pedagogiikasta työntekijöillä oli kaikilla yhtenäinen linja. Tärkeintä oli toimia lapsen etua ajatellen. Esille tuli myös kehkeytyvä toimintasuunnitelma, jossa aikuiset havainnoivat sitä, mikä on juuri sillä hetkellä kyseiselle lapsiryhmälle tärkeää ja nostaa sieltä asiat arkeen.

Yksi haastatelluista nosti esiin myös lapsen vireystilan huomioimisen ja sen mukaan toimimisen. Ilta-aikaan lapsen vireystila ei ole enää sama kuin aamupäivällä, vaikka

lapsi olisikin vasta tullut hoitoon, joten silloin ei voi samalla tavalla olettaa lapsen suoriutuvan tehtävistä.

*Lapsen vireystila niin kun vaihtelee sen jaksamisen mukaan. Että se ei oo niin ku semmonen... ja toiminta mun mielestä pitäis tapahtua enimmäkseen aamuaikaan.(Ph2)*

#### 8.4.2 Lapsen turvallisuuden tunteen lisääminen ja toimintatavat ryhmässä

Kysyessäni toimintatapoja lapsen turvallisuuden tunteen tukemiseen, sain paljon samankaltaisia vastauksia kuin itsesäätelyn tukemiseenkin. Toki turvallisuuden tunne on tärkeä pohja itsesääteilytaitojen kehitykselle. Tärkein tuki haastateltujen mielestä oli ehdottomasti aikuisen turva ja läheisyys sekä syli.

*No sylihän se on semmonen, minkä lapselle niin kun antaa tietysti heti, jos on semmosta ikävän tunnetta ja sellasta ja sitten ottaa sen tunteen niin ku vastaan ihan sinänsä, että on ihan ymmärrettävää, että on ikävä. (Ph2)*

Sylin lisäksi esiin tulivat pysyvyys, rauhallisuus, kiireettömyys ja rutiinit turvallisuuden tunteen lisäämisen keinoina. Myös tilanteiden sanoittaminen lapsille koettiin merkittävänä, etenkin aivan pienten lasten kanssa. Lapsen tullessa hoitoon suurin osa työntekijöistä piti tärkeänä rauhallista vastaanottoa, niin lapsen kuin vanhemmankin. Selkeyttä siihen, että ketä minäkin päivänä on paikalla, antoi kuvataulu, jossa niiden aikuisten ja lasten kuvat olivat esillä, jotka kyseisenä päivänä olivat paikalla.

*Ne kattoo kuvataulua et onks ne kaverit tänään paikalla tai pyytää vanhempia lukemaan meidän päivälistan. Jotkut vanhemmat on ihan ottaneet tyyliksi että kun tulee tohon kuraeteiseen, siinä on se lista. Nii että sekin on tänään hoidossa ja sekin on. Tää täti jää sun kanssa yöhön ja niin edelleen. (Ph1)*

Vaikeissa ja haastavissa tilanteissa, kuten lapsen ikävöidessä tai suuttuessa työntekijät tarjoavat sylin ja aikaa kahden kesken lapsen kanssa. Tarvittaessa he menevät toiseen huoneeseen, jotta lapsi voi rauhoittua ja hänen kanssaan voi jutella ilman häiriöitä.

*Menen viereen, kosketan ja sit sanon että hiljaksen. (Ph6)*

Jotta lapsella ei olisi päivittäin ympärillään liian suurta henkilömäärää, toimivat päiväkodissa pienryhmät. Pienryhmien toiminta vaihtelee haastateltavien mukaan päivittäin; niissä ei ole pysyvyyttä juuri ollenkaan. Kokoonpanoja mietitään kyllä tarkasti, jotta muun muassa eniten toisiaan ärsyttävät lapset eivät olisi samassa pienryhmässä. Joskus lapsimäärä on niin vähäinen, että ryhmän koko on jo itsessään pienryhmän kokoinen. Lasten vaihtuvuudesta huolimatta pienryhmät toimivat pääsääntöisesti.

Lasten sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen kavereihin on pienessä vuorohoitoyksikössä haastavaa. Kaverisuhteita muodostuu huonosti, koska lapset ovat niin eri aikoihin hoidossa. Mutta aina, kun vain on mahdollista, kavereille järjestetään yhteistä leikkiäikää. Tarvittaessa aikuinen ohjaa leikkiä, jotta lapsi pääsee harjoittelemaan vuorovaikutustaitoja muiden samanikäisten kanssa.

*No ainakin siinä suhteessa jos tilanne niin vaatii, niin koitetaan olla siinä sitten mukana esimerkiksi etsimässä sellaiselle lapselle sitä leikkikaveria, joka ei oikein tahdo löytää paikkaansa sieltä leikeistä ja... että muuten kuitenkin kun ajattelee lapsiryhmää, joka vaihtuu aina päivittäin, niin kyllähän se vaikeuttaa sitten sitä kaverikontaktin ja semmosta sitoutumisen tunnetta sitten niissä leikkitilanteissa. Mut olla siinä tukena tarvittaessa sitten löytää yhteistä tekemistä. (Ph2)*

Osalle lapsista leikkikavereiden löytyminen hoitopäivän aikana on helpompaa, kun he tuntevat toisensa jo päivähoidon ulkopuolelta. Haastatellut toteavat, että toisilleen tuttuja lapsia on yllättävän paljon.

### 8.4.3 Konkreettiset keinot itsesäätelyn kehityksen tukemiseen

Haastatelluilla oli monenlaisia keinoja, joilla he tukevat lapsen itsesäätelyn kehitystä vuoropäivähoidossa. Ensimmäisenä tulevat yhteiset säännöt, rajat ja toiminnan järjestelmällisyys. Arjen rutiineistakin annetaan onnistuessa positiivista palautetta, jotta lapsi tietää toimineensa oikein. Aikuisen ohjausta erilaisissa tilanteissa, kuten siirtymätilanteissa, pidettiin erityisen tärkeänä. Aikuisen läsnäolo tilanteessa koko ajan saattaa helpottaa ja vähentää häiriökäyttäytymistä.

*Silloin kun on niitä sanottuja ruuhka-aikoja, niin silloin must tuntuu, et se on aika haastavaa, kun on monta lasta, joka kaipaais sen oman aikuisen. Sen oman joka tukee sitä sit, että lapsi pääsis siitä tilanteesta jotenkin niin kun eteenpäin, niin että se ei ois liian haastava hänelle. (Lto4)*

Yksilöllinen huomiointi oli monen keino tukea itsesäätelyä, mutta myös lapsen huomiotta jättäminen tarkoituksella nousi esille.

*No jos on mahdollista, niin hetken aikaa niin että ei kiinnitä siihen huomiota. Et jos se onkin lapsen tapa, että hei näätsä mut. Joskus se onnistuukin, että lapsi tulee, että aha nyt tää ei niin ku tepsinytkään, mäpästä tuunki pukemaan. (Lto4)*

Aikuisen oma rauhallinen käytös oli monella vastauksena.

*No se on tärkeä, että aikuinen pysyy kuitenkin rauhallisena siinä tilanteessa ja pyrin rauhoittamaan sitä lasta ja ei mee niin ku omilla tunteilla siihen mukaan sit siihen tilanteeseen. (Ph2)*

Haastatteluista nousi esille vielä tunteiden sanoittaminen eri tilanteissa. Kaikille lapsille annetaan mahdollisuus itsesäätelyn harjoittamiseen, lapsille, jotka ilmaisevat tunteet voimakkaasti ja lapsille, joiden on vaikea ilmaista tunteitaan sanoin.

*Sellasten lasten kohdalla kenellä taas on vaikea sitten tota tuoda niitä tunnetilojaan esiin, niin koitetaan sitten tukea sitten heidän mahdollis-*

*suuksiansa ja antaa keinoja. Ja sitten taas toisin päin, jos siellä on sitten hallitsematonta itsesäätelyä, niin myöskin mahdollistaa sitten sitä ja turvata taas toisten turvallisuus. (Lto3)*

*No ottamalla ne tunteet vastaan ja sanottamalla niitä, nyt sulla on ikävän tunne, nyt sä oot vihainen. Ja selvittelemällä sitä, että miltä nyt tuntuu ja mistä se mahdollisesti tuli sulle tämmönen tunne ja... (Ph2)*

Äärimmäisissä kiukkukohtauksissa suosittiin läsnäoloa kahden kesken, keskustelua ja syliä ja jollei näistä ollut apua, niin tarvittaessa holdingia. Kiertävä erityislastentarhanopettajalta sai tarvittaessa puhelimitse apua vaikeissa tilanteissa, jos hän ei satunut silloin olemaan paikan päällä. Kyseisenä toimintakautena oli koettu, että kiertävä erityislastentarhanopettajaa olisi tarvittu paikan päällä neuvoja antamassa enemmän.

**Johtopäätökseni** on, että itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoidossa tulee aloittaa aikuisten kesken sopimalla yhteisistä käytännöistä, toimintamalleista ja säännöistä. Näin toiminnasta tulee johdonmukaisempaa. (Eklund & Heinonen 2013.) Yhteinen pedagoginen linja tehdään näkyväksi niin, että jokainen työntekijä tietää oman roolinsa ja tehtävänsä, jota tekee noudattaakseen yhteistä pedagogiikkaa (Mikkola & Nivalainen 2009). Osa lapsista kestää epäjohdonmukaisuuksia eli aikuisten välisiä eroja muun muassa sääntöjen suhteen, mutta osalle se saattaa lisätä itsesäätelyn vaikeuksia (Eklund & Heinonen 2013).

Päiväkodin aikuiset kokivat yhteiset käytännöt tärkeiksi, mutta ajan niiden rakentamiselle liian vähäiseksi. Samankaltaiset rutiinit ja niiden pysyvyys voivat olla monelle lapselle turvaköysi hoitopäivän aikana, ainakin niistä he voivat olla varmoja. Mikkolan ja Nivalaisen (2009) mukaan esimiehen tehtävä on järjestää aikaa pedagogiikan työstämiselle ja kehittämiselle.

Kuten haastatellutkin kertoivat, tarvitsevat lapset selkeän toiminnan ohjauksen ja aikuisen tukea siihen. Pienryhmätoiminta on yksi tärkeä kulmakivi yhteistä toimintaa järjestettäessä. Pienessä ryhmässä lapsi saa enemmän yksilöllistä huomiota ja häntä



on paremmat mahdollisuudet tukea sekä aikuisen on helpompi havainnoida ja ohjata lapsen toimintaa (Mikkola & Nivalainen 2009). Lisäksi etukäteissuunnittelu yhdessä ryhmän aikuisten kanssa ja siitä kertominen lapselle valmistaisi lasta tulevaan ja helpottaisi toiminnan toteuttamista (Eklund & Heinonen 2013).

Kun toiminta on hyvin suunniteltua, onnistuessaan se saattaa palvella monen eri lapsen yksilöllisiä erityistarpeita. Esimerkiksi yhdelle sadun kuuntelu paikallaan voi olla haaste ja toiselle pukeminen yhtä aikaa toisten kanssa pienessä eteistilassa. (Eklund & Heinonen 2013.) Hakkaraisen (2012) tutkimuksen mukaan toiminnan ja siirtymätilanteiden porrastaminen voisi olla ratkaisu osalle lapsista muun muassa oman toimintaan keskittymiseen. Tämän nosti myös yksi työntekijä esiin haastatteluissa. Hän totesi, että porrastamista hyödynnetään enemmän muutenkin jo strukturoidummissa päiväpäivähoidossa.

Haastatelluilla yhtenä keinona selkeyttää lasten päivähoiton arkea oli kuvataulu, jossa hoidossa olevien lasten ja töissä olevien työntekijöiden kuvat olivat näkyvillä. Tämän myös Kanninen ja Sigfrids (2012) toteavat hyväksi tavaksi selkeyttää lapsille päivää. He suosisivat myös kuvallista päivärytmiä ja Lundán (2012) kuvittaisi tarvittaessa esimerkiksi pukemistilanteita, jotta esimerkiksi jumiutumisenstä kärsivän lapsen olisi helpompi edetä toiminnoissaan. Kyseiset kuvitetut päivärytmit eivät tulleet esiin haastateltujen vastauksissa.

Onnistuneesta toiminnasta tulee antaa positiivista palautetta, koska pääsääntöisesti itsesäätelyssä epäonnistuva saa vain negatiivista palautetta. (Eklund & Heinonen 2013.) Haastateltujen mukaan lapselle voi antaa välillä myös mahdollisuuden kokeilla jo haasteellisemmista tilanteista selviämistä, kun jotain tiettyä tilannetta on harjoiteltu onnistuneesti jo pitkään. Näin voi tehdä esimerkiksi, kun harjoitellaan vuorovaikutustaitoja. Ensin leikin voi aloittaa kahden kesken aikuisen kanssa, sitten ottaa mukaan yhden tai kaksi lasta, kunnes lapsi on valmis leikkiin ilman aikuisen mukanaoloa (Pihlaja 2004). Hoitokavereiden vaihtuvuudesta huolimatta henkilökunta pyrkii tukemaan myös jo lasten olemassa olevia kaverisuhteita mahdollisuuksien mukaan.

Haastatteluissa ongelmallisiin tilanteisiin menetelmiksi löytyivät läheisyys, syli, aikuisen läsnäolo ja tarvittaessa tiukempi holding-ote. Samalla linjalla on Aro (2013), joka suosii myös tilanteesta pois siirtymistä ja pitkää keskustelua. Myös nämä olivat työntekijöiden menetelmällisellä tilanteen ja siihen liittyvien tunteiden sanoittamisen lisäksi. Kaiken kaikkiaan lasten yksilöllinen huomioiminen on tärkeää, eikä siihen tarvita haastavaa tilannetta taustalle.

Eklund ja Heinonen (2013) nostavat esiin myös jäähyn, mutta työntekijöiden haastattelussa se ei enää nouse esiin, vaikkakin jäähy muistuttaa toisaalta jo käytössä olevaa menetelmää, jossa aikuinen poistuu lapsen kanssa tilasta. Huomiotta jättäminen saattaa joskus toimia, mutta joskus tarvitaan myös tiukkoja käskyjä, jotta lapsi tietää missä rajat kulkevat. Haastatellut nostivat esiin myös rajojen asettamisen merkityksen.

Bronsonin (2000) esittelemät menetelmät ovat myös tuttuja haastatelluille työntekijöille. Aikuisen rauhallinen käytös- ja ajatusmalli on tärkeä. Lapsen kannustaminen itsenäisyyteen ja se, että lapselle annetaan mahdollisuus kokeilla omia itsesäätelytaitojaan, on työntekijöiltä oiva tapa tukea lapsen itsesäätelyn kehitystä.

**Lapsen itsesäätelyn kehityksen tukeminen vuoropäivähoidossa rakentuu lapsen yksilöllisyyden ja osallisuuden tukemisesta sekä sosio-emotionaalisesti turvallisen kasvatusympäristön luomisesta.** Näiden kehityksen tukimuotojen avulla ollaan matkalla kohti lapsen hyvää itsesäätelyä vuoropäivähoidon osalta.

## 8.5 Yhteistyö vanhempien kanssa

Viimeisenä kysymyksenä liittyen itsesäätelyyn esitin, että miten työntekijä käsittelee vanhempien kanssa lapsen haasteita ja vaikeuksia itsesäätelyssä. Haastateltujen vastauksissa oli hiukan eroja; toiset kertoisivat hankalista asioista avoimesti heti päivittäin ja toiset miettivätkin tilannetta tapauskohtaisesti huomioiden sekä perheen tilanteen että teon vakavuuden. Aina tulisi huomioida vanhemmat ja heidänkin yksilölli-

set eronsa. Osa ottaisi kertomistilanteeseen lapsen mukaan, osa ei taas ottanut kantaa asiaan.

*Puhumalla suoraan silleen, että lapsi on ja kuulee sen mitä on niin kun päivän mittaan tapahtunut.. Ja silleen, että tietysti aina silloinhan jos lapsi on oikein hermostunut ja heittänyt jotain ja rikkonut jotain niin se pitää kertoa vanhemmalle sitten lapsi on siinä läsnä. Sen ei tarvi pelätä enää, että tämä käsitellään huomenna uudestaan. Mä yritän sanoa sen vanhemmille silleen, että tämä asia on täällä hoidettu. (Ph6)*

Moni haastateltu suosi kertomisessa ns. hampurilaismallia. Ensin kerrotaan jotain hyvää lapsen päivästä, sitten negatiivinen asia ja loppuun vielä jotain hyvää.

*Ja mun mielestä sanotaan helposti se negatiivinen ja ei sanota sitä hyvää. Joka päivä, joka päivä tapahtuu myös sitä hyvää. Niin jotenkin mun mielestä on ikävää jotenkin jos aina sitä negatiivista korostetaan, mut unohdetaan se hyvä sanoa. (Ph4)*

Päivittäin kertomista vastaan oli muutamia haastateltuja, tietysti vain silloin, jollei asia ole kovin vakava. Heidän mielestään vanhempaa ei aina tarvitse olla muistuttamassa lapsen vaikeuksista, koska vanhemmat kyllä usein tuntevat lapsensa. Vanhempikin voi olla väsynyt vilkkaaseen lapseen ja saattaa olla neuvoton lapsen kanssa. Toisaalta, yksi haastateltu mainitsi, että kertomista ei pidä jättää liian pitkälle, että kaikki ei tule yllätyksenä vanhemmalle.

Usein vanhempien kanssa olivat hyvin avoimet välit, joten vastavuoroisesti työntekijät kysyvät myös heiltä, että onko vastaavaa tapahtunut kotona.

*No kyllä me avoimesti puhutaan vanhemmille, että täällä on kyllä hyvä siinä mielessä, että täällä puhutaan vanhemmille, ihan päivittäin, mikäli näitä juttuja on. Ja tota sit on nää keskustelut ja tehään yhteistyötä vanhempien kanssa, että yritetään niin ku lapsen parhaaks toimia, että helpotetaan kaikkien oloa täällä. (Lto2)*

**Johtopäätöksenä** haastattelujen perusteella voi sanoa, että vanhempien kanssa on melkein aina helppo puhua itsesäätelyn vaikeuksista. Työntekijöiden tulee ottaa

huomioon haastavasti käyttäytyvien lasten vanhemmat, jotka voivat olla uupuneita ja keinottomia (Rautamies 2013). Tällöin on hyvä havainnoida vanhempia ja miettiä milloin he ovat valmiita vastaanottamaan negatiivista palautetta. Sitä ei kuitenkaan saa jättää kokonaan kertomatta. Osa vanhemmista saattaa haluta tiivistäkin yhteistyötä päivähoidon kanssa, osan tuntemukset saattavat olla juuri päinvastaiset (Rautamies 2013).

Heikintalon ja Viiasen (2010) tutkimuksen mukaan vanhemmat kantavat enemmän huolta lapsensa käyttäytymisestä kuin päivähoidon henkilöstö. Vanhempien mukaan myös ongelmakäyttäytymistä ja itsesäätelyn vaikeuksia on enemmän kuin henkilöstön mukaan. Tässä saattaa näkyä myös se, että lapset purkavat päivän stressin kotona vanhemmilleen, kun kokevat olonsa vieläkin turvallisemmaksi ja luottavaisemmaksi.

Kasvatusyhteistyötä vaikeuttavat pääsääntöisesti toistuvat kielteiset viestit lapsesta ja vanhemman kokemus syyllistämisestä (Rautamies 2013). Näihin työntekijät olivatkin kiinnittäneet huomiota, ja tämän vuoksi osa siirtäisi negatiivisten asioiden kertomista välillä eteenpäin. Jotta hankalia asioita olisi helpompi ottaa puheeksi, työntekijät kyselevät myös vanhempien kantaa asiaan ja miten kotona toimitaan, kuten Rautamieskin (2013) neuvoo.

Moni haastateltu suosi päivän tapahtumien kertomisessa hampurilaismallia: jotain hyvää, jotain negatiivista ja loppuun vielä jotain hyvää. Rautamieskin (2013) painottaa, että vanhempien kanssa toimiessa on hyvä muistaa keskittyä enemmän myönteiseen kuin kielteiseen palautteeseen. Myönteinen palaute vahvistaa vanhempien jaksamista. Se on selvää, että kumpikin taho haluaa varmasti toimia lapsen edun mukaisesti.

Haastavista asioista keskustelu vanhempien kanssa on osa kasvatusyhteistyötä. **Kasvatusyhteistyön ollessa tasavertaista ja toista kunnioittavaa on yhteisen tavoitteen eli lapsen edun eteen toimiminen on helpompaa.** Näin ollen myös lapsen itsesääte-

lyn kehityksen tukeminen on yhteinen päämäärä, jonka eteen molemmat tahot tekevät työtä.

## 9 Pohdinta

Tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää työntekijöiden käsityksiä vuoropäivähoidon vaikutuksesta lapsen itsesäätelyn kehitykseen. Toisena tavoitteena oli koota konkreettisia keinoja, miten itsesäätelyä voidaan tukea vuoropäivähoidossa. Pohdin analysoinnin ja johtopäätösten perusteella vastauksia tutkimuskysymyksiin.

### 9.1 Tutkimuksen tulokset ja kehitettävät kohteet

Vuoropäivähoidon vaikutus itsesäätelyyn on hyvin monisäikeinen asia. Pelkästään tekemäni tutkimuksen perusteella siihen ei saa riittävän luotettavaa vastausta, koska jo haastattelujen tekovaiheessa huomasin, että muun muassa lasten perhetaustat ja muut lähtökohdat vaikuttavat voimakkaasti itsesäätelyn kehittymiseen. Myös teoria itsesäätelyn taustalla vahvistaa havaintoani. Itsesäätelyn kehitykseen vaikuttavat niin synnynnäiset piirteet ja erilaiset temperamentit, lapsen vuorovaikutus hoivaympäristön kanssa aina vauvaiästä lähtien kuin myös lapsen sosiokulttuurinen ympäristö kaikkine uskomuksineen ja arvoineen (Laakso 2013).

Kuitenkin tutkimuksen työntekijöiden näkemysten ja havainnointien perustella voidaan sanoa, että **vuoropäivähoito ei ole itsesäätelyn vaikeuksista kärsivälle lapselle paras hoitomuoto**. Haastateltujen mukaan lapsen elämän epäsäännöllisyys vuoropäivähoidon maailmassa asettaa lisähaasteita itsesäätelyn kehittymiselle. Lapsen elämän epäsäännöllisyydestä kertovat vaihtuvat hoitoajat, vaihtuvat hakijat riippuen lapsen perhetilanteesta sekä vaihtuva henkilökunta ja hoitokaverit. Työntekijät nostivat esille myös lasten epävarmuuden siitä, mitä he tekevät seuraavaksi ja mihin he menevät. Lapset varmisteleval tulevaa ja kokevat usein olonsa juuri siksi turvatto-

miksi. Turvallisuuden tunne on yksi itsesäätelyn kehittymisen peruspilareista ja sen puuttuessa myös riski itsesäätelyn vaikeuksille on suuri.

Mikkola ja Nivalainenkin (2009, 15) toteavat, että pieni lapsi tarvitsee aikuisen läsnäoloa turvalliseen kehitykseen. Aikuiset eivät saisi jatkuvasti vaihtua, koska ilman sosiaalista vuorovaikutusta lapsen psyykkiset rakenteet ja taidot eivät kehity, eikä hänen inhimillinen pääomansa pääse muodostumaan. (Mikkola & Nivalainen 2009, 15.)

Itsesäätelyn vaikeudet näkyivät vuoropäivähoidossa haastateltujen mukaan monin eri tavoin. Kyseisen vuorohoitoyksikön lapsilla oli havaittu enemmän alisäätelyä itsesäätelytaidoissa. Lapset käyttäytyivät usein impulsiivisesti ja jopa aggressiivisesti. Yleistä levottomuutta oli hyvin paljon. Kuten Hakkarainenkin (2012) tutkimuksessaan totesi, on itsesäätelystä kärsivillä lapsilla myös enemmän vaikeuksia muodostaa kaverisuhteita. Tosin pienen vuoropäivähoitoyksikön lapset näkivät toisiaan hoitopäivien aikana muutenkin hyvin vähän, joten haastateltavat totesivat sen olevan myös yksi syy, ettei kaverisuhteita päässyt niin helposti muodostumaan.

### **Työntekijät kokivat itsesäätelyn vaikeuksista kärsivät lapset hyvin kuormittavina.**

Lasten keskittymättömyys ja motorinen levottomuus häiritsivät toimintahetkiä, leikitilanteista puuttui pitkäjänteisyyttä ja levottomien lasten sinkoilu leikistä toiseen häiritsi myös muita lapsia. Siirtymätilanteissa, kuten pukemisessa, aikuiset kokivat riittämättömyyttä, koska miltei jokainen lapsi olisi heidän mielestään tarvinnut oman aikuisen ohjaamaan ja tukemaan toimintaa. Lasten omaehtoinen käytös, perussääntöjen tahallinen rikkominen ja heikko pettymysten sietokyky vaikeuttivat yleisesti koko ryhmän toimimista.

Aikuiset olivat koettaneet löytää monia erilaisia keinoja tuekseen, mutta olivat selkeästi jo väsyneitä jatkuvaan ylimääräisen ohjauksen tarpeeseen. Moni koki haastavaksi sen, että edes lepohetkillä lapsia ei saatu rauhoittumaan, eivätkä myöskään aikuiset päässeet lepohetkien aikaan jäsentämään toimintaansa ja jakamaan kokemuksiaan kuluneesta päivästä. Mielestäni ryhmän keskeinen pienimuotoinenkin tunteiden purkaminen antaisi työntekijöille voimia työskennellä haastavien lasten kanssa. Kysei-

sessä vuoropäivähoitoyksikössä näitä hetkiä ei järjestynyt kuin satunnaisesti kerran kuussa järjestettävien työiltojen yhteydessä. Mielestäni se on suuri puute.

Työntekijöiden mielestä heillä oli yksikössä sääntöjä ja toimintamalleja, mutta analysoinnin perusteella niitä ei ollut linjattu yhteen. Yhteisen linjan rakentamiseen olisi tarvittu aikaa jo toimintakauden alkaessa ja sitä olisi voitu kauden kuluessa aina säännöllisin väliajoin tarkistaa (Eklund & Heinonen 2013). Arjen pedagogiikan rakentamiseen tulisi kaikkien sitoutua määriteltyjen arvojen ja päämäärien mukaisesti (Mikkola & Nivalainen 2009). Näin työntekijöillä olisi ollut voimavaranaan haastavassa arjessa yhteiset säännöt ja tieto siitä, että näin kaikki muutkin toimivat.

Tältä osin tutkimustuloksista olisi tullut paremmin yleistettävä, jos olisin tutkinut myös muutaman muun päiväkodin osalta samaa asiaa. Uskon kuitenkin, että sillä on epäsuorasti vaikutusta lapsen itsesäätelyn kehitykseen, miten työntekijät jaksavat työssään ja miten he tuntevat itse siinä onnistuvansa. Aikuisen tunteet peilautuvat lapseen, vaikka aikuinen niitä yrittäisikin peittää.

Tutkimuksen toisena tavoitteena oli löytää konkreettisia keinoja itsesäätelyn kehityksen tukemiseen vuoropäivähoidossa. Työntekijähaastatteluissa tuli esille paljon erilaisia keinoja. Työntekijöillä oli sopimattomasta yhteisestä linjasta huolimatta myös samankaltaisuuksia toimintatavoissaan. Kuitenkin vain muutamassa vastauksessa tuli esille se, että itsesäätelyn kehityksen tukeminen tulee aloittaa ruohonjuuritasolta. Ruohonjuuritason tukikeinot eivät tulleet ainakaan suorasti haastatteluissa esille.

Eklundin ja Heinosen (2013) mukaan toimintaympäristön tulisi olla selkeä ja rauhallinen ja kaikille tulisi olla riittävästi tilaa esimerkiksi pienryhmätyöskentelyä varten. Yksikössä oli paljon tiloja, mutta niiden sijainti oli välillä haastava, koska tilat sijoittuivat kahteen kerrokseen. Nyt tutkimuksen päivähoitoyksikkö on yhdistymässä toisen yksikön kanssa, ja toivonkin, että siinä vaiheessa otetaan huomioon myös pienryhmätilat ja ryhmien sijoittelu tiloihin.

**Sosio-emotionaalisesti turvallinen kasvuympäristö on edellytys, kun lähdetään tukemaan lapsen itsesäätelyä.** Yhteiset linjat, säännöt ja rajat olisi ensisijaisen tärkeää rakentaa ennen toimintakauden alkua, koska aikuisten ajatusten yhdenmukaisuus tekee myös toiminnasta johdonmukaisempaa ja se tuo lisää turvallisuuden tunnetta lapsille. Tiimien kokoontuminen tulisi olla viikoittaista. Tähän työntekijät uskovat saavansa apua, kun he yhdistyvät toisen yksikön kanssa. Olisi myös tärkeä tehdä selkeä suunnitelma, mitä kauden aikana tavoitellaan, toki havainnoiden myös lapsia, jotta heidän tarpeensa tulisivat aikuisille ensin selkeämmiksi. Mikkola ja Nivalainen (2009) painottavat, että on esimiehen tehtävä järjestää aikaa työntekijöille, jolloin he voivat rakentaa yhteistä, toimivaa arjen pedagogiikkaa.

Toimivan pienryhmän monipuolisen ja säännöllisen toimintarungon avulla tulisi pysyvyyttä ja sen myötä myös turvallisuutta lasten vuoropäivähoidon arkeen (Eklund & Heinonen 2013). Myös yksilöllisiä tarpeita voisi helpommin tukea ryhmän mukana, eikä sitä varten vaadittaisi aina kahden keskistä hetkeä aikuisen kanssa. Pienryhmätoiminta haastatelluille olikin varsin tuttua. Toiminnan, kuten ulosmenon, porrastaminen tuli esille yhdeltä haastateltavalta, mutta se ei ollut vielä käytössä päiväkodissa.

Itsesäätelyn tukemisen keinoista arjessa työntekijöillä oli hyvin tietoutta. Hoitoon tullessa oli käytössä taulu, josta sai aina tarkastaa, keitä aikuisia ja lapsia olisi sinä päivänä paikalla, joka selkeyttää hyvin heti alkuun lapselle kenen kanssa päivän aikana voi leikkiä tai kuka aikuinen on tarvittaessa tukena ja turvana. Epäselväksi jäi se, että oliko päiväkodissa käytössä toiminnan ohjaukseen kuvitettu päiväohjelma, joka tekee lapsen päivästä ennakoitavamman.

Onnistuneesta toiminnasta työntekijät antoivat positiivista palautetta lapselle ja välillä jopa haastoivat lasta vaikeampiin suorituksiin, ei kuitenkaan tarkoituksenaan aiheuttaa pettymystä lapselle. Lapsen kannustaminen itsenäisyyteen koettiin myös tärkeäksi. Toistuvista positiivisista sanoista tai kosketuksesta lapsen minäkuva rakentuu oikeaan suuntaan (Eklund & Heinonen 2013). Aikuiset luottivat rauhalliseen käytös-malliinsa ja sanalliseen ohjaukseen. Kärjistyneissä tilanteissa haastatellut aikuiset



luottivat sylin voimaan tai läheisyyteen, jos lapsi ei kestänyt kosketusta. Lapsen tunteiden sanoittaminen oli aikuisille tärkeää etenkin pienten lasten kohdalla. Tarvittaessa oli mahdollisuus siirtyä lapsen kanssa toiseen tilaan rauhoittumaan ja keskustelemaan.

Yhteistyö vanhempien kanssa liittyen lapsen itsesäätelyn vaikeuksiin koettiin onnistuvan melko hyvin, kun aikuiset muistivat aina tulkita vanhempia ja heidän jaksamistaan ja sen hetken sietokykyään. Ns. hampurilaismalli oli negatiivisten tapahtumien kerronnassa tärkeää. Vaativissa tilanteissa apua työntekijät saivat johtajalta ja kiertävältä erityislastentarhanopettajalta. Tosin, erityislastentarhanopettajan tuki olisi ollut haastateltujen työntekijöiden mielestä tärkeää myös arjessa enemmän kuin he silloin sitä saivat.

Pääsääntöisesti itsesäätelyn tukemisen kehittämisalueet kyseisessä yksikössä olivat ruohonjuuritasolla, mutta tulee muistaa, että sieltä kaikki saa alkunsa. Jos pohja ei ole kunnossa, niin vaikea siitä on ylöspäinkään ponnistaa. Kaiken kaikkiaan edellä mainittuja keinoja itsesäätelyn kehityksen tukemiseen vuoropäivähoidossa kerääntyneen teorian ja haastatteluiden perusteella kattavasti. **Lapsen yksilöllisyyttä tuettiin aikuisen läsnäololla ja läheisyydellä ja kannustamalla omiin tunteisiin. Osallisuutta tuettiin pienryhmätoiminnan avulla ja vahvistamalla vuorovaikutustaitoja muun muassa tukemalla lasta kaverisuhteissa. Aikuisten tehtävänä oli muodostaa johdonmukainen ja yhtenäinen linja sekä ylläpitää rutiineja ja pysyvyyttä. Aikuisen tärkeä tehtävä oli myös lapsen toiminnan selkeä ohjaus.**

Vuoropäivähoidon arkea helpottavat siis selkeät ja yhdenmukaiset toimintatavat ja säännöt. Eklundin ja Heinosen (2013) mukaan itsesäätelyn tukeminen aloitetaan toiminnan **laadukkaasta suunnittelusta ja säännöistä sopimisesta**. Vuoropäivähoitoyksikössä voisi ottaa tavoitteeksi opettaa yksi sääntö kerrallaan lapselle, jos sääntöjen sisäistämisessä on vaikeuksia. Säännön opittua lapsen voisi palkita esimerkiksi kahdenkeskisellä pelihetkellä aikuisen kanssa. (Aro 2004.)

Jyväskyläläisessä Kaskas-mallissa (Linnove & Kivijärvi 2013) on myös esitelty erilaisia ohjauskeinoja, joihin kuuluvat myös palkkiot. Erilaiset henkilöstön tueksi kehitetyt mallit saattavat olla aikaa vieviä ja vaativat sitoutumista, mutta ne ovat myös ajan mittaan palkitsevia. Koen, että **työntekijöille olisi hyödyllistä päästä käsittelemään omia tunteitaan ja ajatuksiaan**, joita haastavasti käyttäytyvät lapset herättävät heissä, kuten Kaskas- mallissa on tavoitteena.

Työntekijöiden tavoitteena voisi Kaskas- mallia mukaillen olla **lapsen myönteisen ohjauksen keinojen löytäminen**, kuten ohjaaminen lapsi valintojen tekemiseen, palkkiot, palautteen antaminen eri tavoin sekä tehokkaat ohjeet ja käskyt. Lapsiryhmän toimintaa pyrittäisiin järjestämään niin, että **itsesäätelyn vaikeuksista kärsivien lasten ohjaukselle jää aikaa ja että siirtymätilanteista saadaan toimivia**. Toisin sanoen, **pienryhmätoimintaa pitäisi tuoda selkeämmin esille** aina siirtymätilanteista lähtien. Se, että esimerkiksi koko vuoropäiväkodin lapset eivät olisi lähdössä yhtä aikaa ulos, rauhoittaisi lasten toimintaympäristöä jo suuresti ja aikuisella olisi parempi mahdollisuus ohjata oman pienryhmänsä lapsia, kun ympärillä ei ole häiriöitä niin runsaasti.

Itsesäätelyn kehityksen tukemisessa tärkeässä roolissa ovat myös vanhemmat. Haastatteluiden perusteella yhteistyö onnistui hyvin, mutta myös **vanhemmat olisi hyvä saada mukaan tekemään yhteistyötä lapsen itsesäätelyn kehityksen suhteen**. Vaikka vanhemmat ottaisivat palautteen vastaan, se ei kuitenkaan tarkoita sitä, että he ryhtyisivät itse tekemään asian eteen jotain, etenkin jollei heillä ole keinoja siihen valmiina. Vanhempien kanssa tulisi käydä keskustelua tarkemmin siitä, minkälainen tilanne on kotona ja minkälainen päivähoitossa.

Haastavimmissa tapauksissa vanhemmille voisi kertoa tukiohjelmista. Esimerkiksi Perhekoulun avulla tai sitä mukaillen vanhemmat saisivat ohjeita muun muassa lapsen ohjaamiseen ja rajoittamiseen sekä he saisivat lisää ymmärrystä lapsesta ja hänen käyttäytymisestään. Lapsen itsesäätelyn kehityksen tukeminen ei ole pelkästään päivähoiton tehtävä, vaan siinä tulee tehdä tiiviisti yhteistyötä perheen kanssa viimeistään silloin, kun lapsi tarvitsee erityistä tukea itsesäätelyn vaikeuksissa.

## 9.2 Luotettavuus ja eettisyys

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita. Tutkimusta tulee arvioida kokonaisuutena, jolloin painotetaan sen sisäistä johdonmukaisuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 140.) Olen esitellyt opinnäytetyöni kulan tarkasti. Olen ollut alusta lähtien sitoutunut omiin tutkimustavoitteisiini ja edennyt niitä koko ajan silmällä pitäen. Aineiston keruun olen kuvannut tarkasti ja tutkimuksen haastateltavat on valikoitu niin, että he pystyvät vastaamaan tutkimustavoitteisiin. Myös itse analysointi on kuvattu. Tulosesion olen rakentanut niin, että tulokset tulevat johdonmukaisesti esille. Tutkimuksen tulokset olen esitellyt haastatelluille ennen tutkimuksen tulosten julkaisua. Heidän reaktionsa vaikuttivat omia havainnointejani vahvistavasti, mutta eivät muuttaneet tuloksia. Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta kohentaakin tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta (Ruusu vuori ym. 2010, 232).

Tutkimus ei ole yleistettävissä, koska vastaavaa aihetta ei ole tutkittu tällä mallilla aiemmin, eikä minulla ollut verrattavaa tutkimustietoa. Olen kuitenkin itse tutkimuksen toteuttamisen lisäksi huolehtinut siitä, että teoriaosuuden lähteet ovat olleet tieteellisesti luotettavia. Keinot itsesääntelyyn kehityksen tukemiseen olen koonnut niin, että ne olisivat käytettävissä muissakin kuin tutkimassani päivähoitoyksikössä.

Olen pyrkinyt eettisesti toimimaan oikein tutkimusta tehdessäni. Käyttämäni tieteellisen tiedon olen merkinnyt lähdeviittein ja tutkimuksen loppuosassa merkinnyt ne lähdeluetteloon. Tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu siis tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla.

Haastatelluille kerroin myös haastattelun tarkoituksesta ja mihin tuloksia käytetään. Haastateltavat ovat allekirjoittaneet suostumuspaperin ennen haastattelua, joita säilytetään Perheet 24/7-tutkimushankkeen lukitussa kaapissa. Haastattelupaikan ja haastateltujen anonymiteetin olen säilyttänyt käyttämällä yleistäviä käsitteitä. Työntekijähaastatteluista tehdyt suorat lainaukset olen tehnyt anonymiksi sekoittamalla.

la haastattelujärjestyksen ja yhdistänyt kaksi tehtävänimekettä saman alle, jotta lainauksista ei saa selville kenestä on kyse.

### 9.3 Jatkotutkimusten aiheet

Itseäni kaikkein eniten jäi mietityttämään vuoropäivähoidon vaikutuksen osuus itsesäätelyn kehitykseen. Lisätutkimuksena voisi kartoittaa useista erikokoisista vuoropäivähoitoyksiköistä ympäri Suomen asiaa ottaen huomioon myös sen, että vaikuttaako myös lapsen perhetausta itsesäätelyn vaikeuksiin vuorohoidossa, kuten Strazdinsin ym. (2004) kanadalaisessa tutkimuksessa oli tehty.

Myös vuoropäivähoitoyksikön arjen sujuvuutta ja sen esteitä voisi tutkia myös lasten näkökulmasta. Mitkä hetket lapset kokevat vaikeiksi ja mitkä heitä taas miellyttävät? Milloin he kaipaavat enemmän huomiota? Lapsilta usein saa yllättäviäkin vastauksia kysymyksiin. Toki, koska on kyse myös pienten lasten hoitomuodosta, haastattelujen lisäksi tulisi tehdä havainnointeja.

Toivon, että tutkimuksestani olisi hyötyä tutkimani yksikön yhdistyessä toiseen yksikköön. Toivon, että siellä työntekijät pääsisivät aloittamaan toimintansa rakentamisen aiemmin kuvaamaltani ruohonjuuritasolta. Ensin arjen pedagogiikka eli yhteiset linjat ja sopimukset kaikille työntekijöille selkeiksi, jotta lapsille muodostuisi heti alusta alkaen sosio-emotionaalisesti turvallinen kasvuympäristö. Mielenkiintoista olisi myös kuulla, miten vuoropäivähoitoyksikön ja päivähoitoyksikön yhdistyminen onnistuu ja kuinka toimintatavat nivoutuvat toisiinsa.

Koen myös, että tutkimuksesta on apua omassa työssäni lastentarhanopettajana, vaikka työskentelenkin normaalissa päiväkodissa. Näen, että useilla tämän päivän lapsilla on vaikeuksia itsesäätelyn alueella. Ne näkyvät, samoin kuin vuoropäivähoitossakin, motorisena levottomuutena, impulsiivisena käytöksenä, aggressiivisuutena ilman syytä tai toisaalta pelokkuutena ja vetäytymisenä. Itsesäätelyn vaikeuksia on varmasti miltei yhtä monta, kuin on lapsiakin päivähoitoryhmässä. Myös tässä olisi

jatkotutkimuksen aihe; selvittää, kuinka monella päivähoitoikäisellä lapsella on itsesäätelyn vaikeuksia.

Epäsäännöllinen elämänrytmi on ongelmana muuallakin kuin vuoropäivähoidon maailmassa. Voidaanko siitä syyttää kiireistä, liian paljon, liian vähäisellä ajalla haluavaa yhteiskuntaa, joka vie lasten vanhemmat mukanaan? Onko vanhemmuuteen enää aikaa? Onko aikuisten oltava sosiaalisesti koko ajan esillä? Onko valittava työn, vapaa-ajan ja lasten väliltä? Lapset ovat usein epävarmoja siitä, mitä kaikkea heidän päivänsä hoidosta haun jälkeen tuo tullessaan. Onko kyläilyä, onko harrastuksia vai onko vielä iltahoitoa? Lapset saattavat toisaalta tietää, että tänään on muskari ja huomenna liikkari. Mutta harvoin kuulee lapsen tai vanhemman sanovan, että tänään on koti-ilta ja vietetään aikaa yhdessä.

Koska lapsi saa levätä ja rauhoittua? Koska vanhemmilla on aikaa lapsilleen niin, että he ovat oikeasti läsnä? Koska vanhemmat antavat lapsilleen läheisyyttä? Koska lapsi voi kokea olonsa turvallisiksi, jos aina ollaan tulossa tai menossa? Kenen tehtävä on tukea lasta? Onko se kodin? Onko se päiväkodin? On. Se on kaikkien yhteinen tehtävä ajaa lapsen etua. Lapsi tarvitsee itselleen turvallisen kasvuympäristön, läsnäoloa ja huomiota sekä tukea oman yksilöllisyyden ja osallisuuden taitojen kehittymiseen missä ja milloin hän onkaan. Yhdessä laadukkaalla kasvatusyhteistyöllä voidaan lapselle antaa tukeva ja turvallinen pohja kehittää itselleen hyvät itsesäätelytaidot, jotka kantavat lasta elämässä pitkälle. Pienelle lapselle aikuisen on oltava lähellä ja läsnä.

## Lähteet

- Ahvenainen, O., Ikonen, O. & Koro, J. 1999. Erityispedagogiikka 2. Erityiskasvatuksen käytäntö. Helsinki: WSOY.
- Ahvenainen, O., Ikonen, O. & Koro, J. 2001. Johdatus erityiskasvatuksen käytäntöön. Helsinki: WSOY.
- Aro, T. 2013. Itsesäätelytaitojen kehityksen ongelmat lapsuudessa. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 106–108.
- Aro, T. 2013. Itsesäätelytaitojen kehitys ja biologinen perusta. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 24–30.
- Aro, T. 2013. Miten ymmärrämme itsesäätelyn? Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 10–17.
- Aro, T. 2004. Neurologiset kehityshaasteet ja niihin vastaaminen. Teoksessa Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Toim. P. Pihlaja ja R. Viitala. Helsinki: WSOY, 244–254.
- Bronson, M. B. 2000. Self-regulation in early childhood. New York: The Guilford Press.
- Eklund, K. & Heinonen, J. 2013. Lapsen itsesäätelyn tukeminen arjessa. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 216–233.
- Eriksson, E. & Arnkill, T. E. 2007. Huoli puheeksi. Opas varhaisista dialogeista. Stakes. Oppaita 60. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eskola, J. & Suoranta, J. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 2001. Jyväskylä: Gummerus.
- Hakkarainen, A. Lasten vertaissuhteet ja niiden tukeminen päiväkodissa. Kohteena lapset, joilla on itsesäätelyn pulmia. Pro gradu-tutkielma. Kasvatustieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.5.2015.  
[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/38381/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-201208252248.pdf?sequence=4](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/38381/URN_NBN_fi_jyu-201208252248.pdf?sequence=4)
- Hallituksen esitys eduskunnalle varhaiskasvatuslaiksi ja arvonlisäverolain 38 §:n muuttamisesta. Viitattu 19.4.2015.

[http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Koulutus/koulutuspolitiikka/vireilla\\_koulutus/varhaiskasvatus/liitteet/Esitysluonnos\\_varhaiskasvatuslaiksi\\_ja\\_laiksi\\_arvonalisxverolain\\_38\\_x\\_muuttamisesta\\_24-2-2015.pdf](http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Koulutus/koulutuspolitiikka/vireilla_koulutus/varhaiskasvatus/liitteet/Esitysluonnos_varhaiskasvatuslaiksi_ja_laiksi_arvonalisxverolain_38_x_muuttamisesta_24-2-2015.pdf)

Han, W.-J. 2004. Nonstandard work schedules and child care decisions: Evidence from the NICHD Study of Early Child Care. *Early Childhood Research Quarterly* 19, 231–256.

Heikintalo, O. & Viianen, J. Vanhempien ja päivähoitohenkilöstön arvioita lapsen sosiaalisista taidoista ja itsesääätelytaidoista. Pro gradu-tutkielma. Kasvatustieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 4.5.2015.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23056/URN:NBN:fi:juu-201003221341.pdf?sequence=1>

Heinämäki, L. 2000. Varhaiserityiskasvatus lapsen arjessa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

HE341/2014. Hallituksen esitys eduskunnalle laeiksi lasten päivähoidosta annetun lain muuttamisesta ja eräksi siihen liittyviksi laeiksi. Viitattu 3.5.2014.

<https://www.finlex.fi/fi/esitykset/he/2014/20140341#idp983904>

Hujala, E., Nivala, V., Parrila, S. & Puroila, A-M. 2007. Päivähoidosta varhaiskasvatukseen. Hyvinkää: T-Print.

Kalliala, M. 2012. Lapsuus hoidossa? Aikuisten päätökset ja lasten kokemukset päivähoitossa. Tallinna Caudeamus.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Bookwell Oy.

Kohti varhaiskasvatuslakia. Varhaiskasvatusta koskevan lainsäädännön uudistamistyöryhmän raportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2014:11. Viitattu 28.9.2014.

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2014/liitteet/tr11.pdf?lang=fi>

Komi, T. 2012. Kohti uutta varhaiskasvatuslakia. *Lastentarha* 2, 16–18.

Kullberg-Piilola, T. 2000. Miksi tunnetiloja tarvitaan? Teoksessa *Tunnemuksu & murkku. Tunnetaitoja perheille ja kasvattajille*. Toim. A. Peltonen ja T. Kullberg-Piilola. Helsinki: Kirjapa Oy, 33.

Kääriäinen, P. 2005. ”Niitä lapsia tulee ja niitä lähtee, niitä tulee ja niitä lähtee” Vuorohoidon laatu lasten kokemana. Kasvatustieteen pro gradu tutkielma. Varhaiskasvatuksen laitos Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.6.2014.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18198/URN:NBN:fi:juu-2005303.pdf?sequence=1>

Laakso, M-L. 2013. Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen merkitys lapsen itsesäätelyn kehityksessä. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 60–74.

Lasten päivähoido 2010. Kuntakyselyn osaraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 11.6.2014.

[http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr46\\_11.pdf](http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr46_11.pdf)

Linnove, T. & Kivijärvi, T. 2013. Osaamisen kasvattaminen – ongelmista onnistumisiin KasKas-ryhmässä. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell Oy, 148–166.

Lundán, A. 2012. Konstit vähissä? Ratkaisuja haastaviin kasvatustilanteisiin. Juva: Bookwell Oy.

Miettinen, A. & Rotkirch, A. Perhebarometri 2011. Yhteistä aikaa etsimässä. Lapsiperheiden ajankäyttö 2000-luvulla.

Mikkola, P. & Nivalainen, K. 2009. Lapselle hyvä päivä tänään – näkökulmia 2010-luvun varhaiskasvatukseen. Saarijärvi: Saarijärven Offset.

Pihlaja, P. 2004. Sosiaalis-emotionaaliset vaikeudet lapsuudessa. Teoksessa Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Toim. P. Pihlaja ja R. Viitala. Helsinki: WSOY, 218–237.

Perheet 24/7- tutkimuksen tuloksia. 2014. Viitattu 20.4.2015.

[https://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/perheet-24\\_7/41266\\_perheet\\_24-7\\_raportti.pdf](https://www.jamk.fi/globalassets/tutkimus-ja-kehitys--research-and-development/tki-projektien-lohkot-ja-tiedostot/perheet-24_7/41266_perheet_24-7_raportti.pdf)

Petäjäniemi, T. & Pokki, S. 2010. Selvitys päivähoidon ja varhaiskasvatuksen asemasta valtionhallinnossa. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 11.6.2014.

[http://files.kotisivukone.com/japy.palvelee.fi/tiedostot/selvitys\\_pavahoidon\\_ja\\_varhaiskasvatuksen\\_aseasta\\_valtionhallinnossa.pdf](http://files.kotisivukone.com/japy.palvelee.fi/tiedostot/selvitys_pavahoidon_ja_varhaiskasvatuksen_aseasta_valtionhallinnossa.pdf)

Poikkeus, A-M. 2013. Itsesäätely sosiaalisten taitojen ja suhteiden perustana. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 95–100.

Rautamies, E., Laakso, M-L. & Poikonen P-L. 2013. Haastavasti käyttäytyvä lapsi - kodin ja päivähoidon kasvatusyhteistyö koetuksella. Teoksessa Taaperosta taitavaksi toimijaksi – itsesäätelytaitojen kehitys ja tukeminen. Toim. T. Aro ja M-L. Laakso. Porvoo: Bookwell, 199–213.

Ruusuvuori, J. 2010. Litteroijan muistilista. Teoksessa Haastattelun analyysi. Toim. M. Hyvärinen, P. Nikander ja J. Ruusuvuori. Tampere: Vastapaino, 425.



Ruusuvuori, J. 2010. Vuorovaikutus ja valta haastattelussa – keskusteluanalyttinen näkökulma. Teoksessa Haastattelun analyysi. Toim. M. Hyvärinen, P. Nikander ja J. Ruusuvuori. Tampere: Vastapaino, 275.

Strazdins, L., Korda, R., Lim, L., Broom, D. & D'Souza, R. 2004. Around-the-clock: parent work schedules and children's well-being in a 24-h economy. *Social Science & Medicine* 59, 1517–1527.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.

Valtioneuvoston periaatepäätös varhaiskasvatuksen valtakunnallisista linjauksista. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2002:9. Viitattu 11.6.2014.  
<http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/varhais2/julkaisu0209.htm>

Varhaiskasvatuksen uudistamisen linjauksia. Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan jaosto varhaiskasvatustalainsäädännön kehittämiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:28. Viitattu 11.6.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=39503&name=DLFE-9933.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-9933.pdf)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. Stakes. Oppaita 56. Viitattu 11.6.2014.  
[http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf?sequence=1)

Varhaiskasvatus vuoteen 2020. Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:72. Viitattu 11.6.2014.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-4044.pdf&title=Varhaiskasvatus\\_vuoteen\\_2020\\_Varhaiskasvatuksen\\_neuvottelukunnan\\_loppuraportti\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4044.pdf&title=Varhaiskasvatus_vuoteen_2020_Varhaiskasvatuksen_neuvottelukunnan_loppuraportti_fi.pdf)

## Liite 1. Analyysimalli: Itsesäätelyn kehityksen tukeminen

Alkuperäis- ilmaisut	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Yhdistävä tekijä
<p><i>Et se lapsi kokis et siitä välitetään ja siitä ollaan iloisia ja kiinnostuneita siitä lapsesta, että on turvallinen ja hyvä olo.</i></p> <p><i>Menen viereen, kosketan ja sit sanon, että hiljaksen.</i></p> <p><i>No ottamalla ne tunteet vastaan ja sanottamalla niitä, nyt sulla on ikävän tunne, nyt sä oot vihainen.</i></p> <p><i>Sellasten lasten kohdalla kenellä taas on vaikea sitten tota tuoda niitä tunnetilojaan esiin, niin koitetaan sitten tukea heidän mahdollisuuksiansa ja antaa keinoja.</i></p> <p><i>Koitetaan olla siinä esimerkiksi etsimässä sellaiselle lapselle sitä leikkikaveria, joka ei oikein tahdo löytää paikkaansa sieltä leikeistä... Mut olla siinä tukena tarvittaessa sitten löytää yhteistä tekemistä.</i></p> <p><i>Silloin kun on niitä ns. ruuhka-aikoja, niin silloin must tuntuu, et se on aika haastavaa, kun on monta lasta, joka kaipais sen oman aikuisen. Sen oman, joka tukee sitä sit että lapsi pääsis siitä tilanteesta jotenkin niin kun eteenpäin, niin että se ei ois liian haastava hänelle.</i></p> <p><i>Samat käytännöt ja yhtenäinen linja, että tuettais sitä lapsen semmosta niin kun turvallista oloa täällä.</i></p>	<p>aikuisen läsnäolo, läheisyys, syli</p> <p>kannustaminen omiin tunteisiin, tunteiden sanoittaminen</p> <p>yksilöllinen huomioiminen</p> <p>kuvataulu</p> <p>pienryhmätoiminta</p> <p>kaverisuhteissa tukeminen</p> <p>vuorovaikutustaitojen vahvistaminen</p> <p>selkeä toiminnan ohjaus</p> <p>yhteiset käytännöt erilaisissa tilanteissa</p> <p>rutiinit, pysyvyys</p> <p>aikuisen rauhallinen käytösmalli</p>	<p>lapsen yksilöllisyyden tukeminen</p> <p>lapsen osallisuuden tukeminen</p> <p>työntekijöiden yhtenäinen, johdonmukainen linja, sosioemotionaalisesti turvallisen kasvuympäristön luominen</p>	<p>itsesäätelyn kehityksen tukeminen</p>	<p>LAPSEN HYVÄ ITSESÄÄTELY</p>